HIERONYMI MERCVRIALIS

DE ARTE GYMNASTICA LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid deniq. ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

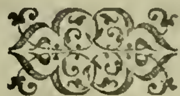
AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.



4 7

VENETIIS APVD IVNTAS,
M D LXXIII.

MAXIMILIANO II.
IMPERATORI INVICTISSIMO
HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem D.





I quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE *Inuictißime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea uero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi uindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, ut ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum uideantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-*

* ij gum

gum scientiae, ceterarumque, sine quibus uita haec nostra fere uitalis non esset, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria uelit repetere: sed ne Imperatori sapientissimo, quae omnibus passim nota sunt, recensendo sim molestus, unum medicae artis omnium utilissimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla esset, aut certe eum quem hoc tempore praesefert splendorem, & elegantiam non haberet, nisi Principum benignitas, sine qua omnis plerumque languescit industria, summis uiris illius auctoribus affulsisset. Etenim quantum a primis illis temporibus quasi nascenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, posterioribus uero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Constantinus, Justinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta testantur. uerumtamen ut alia omittam in praesentia, non exigui momenti putandum id est, quod magnificentissima, atque amplissima Gymnasia exstruxerint, inque ijs artem Gymnasticam instituentes, ipsius magistros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi sanitatem conferentibus instruentes ad bene, beateque uiuendum uiam communirent. Haec enim ars illa est, ob quam olim Persarum reges, Lacedaemonij, Athenienses, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut saepe non maxima manu incredibiles hostium ui-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortißimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse uerisimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper uberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte utilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; unde fit ut uetus illud militare robur, & ueram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse ueteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum ta-

 men

men non eſt, ſapientiſsime Imperator, quin eorum ſcriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remanſit, ab interitu poſsit uindicari, ac iterum in hominum adſpectum, lucemque proferri, ſi & Principum ad hanc rem propenſio adſit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc ſtudium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recuſent. Ceterum cur nemo noſtris ſaeculis huiuſmodi prouinciam ſuſceperit, ſane pronunciare non audeo: id unum ſcio, rem ſicut maximae utilitatis, ita immenſi eſſe laboris. Et ego, licet multa eſſent, quae ab ea deterrere me poſſent, aliquando tamen ſum aggreſſus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obſeruaueram, in unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me eſt magna animi contentione, & ſtudio: euentu autem, ut ex multorum teſtimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me cauſſa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRRI FARNESII *Card. ſapientiſſimi ac prudentiſs. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum uiſitationibus implicitus, rurſus eos poſtremis hiſce menſibus in manibus ſumpſerim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex uetuſtis monumentis iconibus repraeſentatis*

tis

tis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, ut, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti ullus est patronus quaerendus, neminem te potiorem esse constet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas est, in prìstinum splendorem, in ueterem dignitatem & poßis, & uelis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, *cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantißimum, ac indefessum laudum tuarum praedicatorem semper esse sensi, gratissimam rem facturum me existimaui, si hoc opus in ipsius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua soles ncomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

ijs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus uideri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE

BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab umbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſampſerunt membra iuuentae;
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in unum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis ut euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. uacantes
Mortales, dum uita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. ſenectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
    σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧδέ ποτ᾽ οἰχομένης καλὰ λείψαν ἀμυδρά περ ἔμπος.
    τέχνης γυμναστίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίην Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
    κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ᾽ ἀναφαίνει,
    ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυειδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
    Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψηφῶνι ἀποισῇ
    Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
    Lumen ad aetherium semianimes reuocans,
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
    Fama tripertito nominis orbe uolat.
Nunc autem noua fama alia increbrescit, ut artes
    Exstinctas ueterum gymnasiumq. nouat.
Macte animo, uir magne, ergo tu cetera membra,
    Ore exercebis, sed tua laus hominum.

Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiensis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Ausonius
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Caßius Jatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Jsidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Julius Pollux.
Justinus Martyr

Iuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER PRIMVS

De Principijs Medicinae. Cap. I.



B VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cõsuetudinem penitus ignorarũt, (id quod primis illis saeculis exstitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usq. ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥȣς dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia exstitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria

3. de Repu. bli.

C continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

In lib. qui medic⁹ inscribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae conseruatoriam ualetudinis partem fere circa sana dumtaxat corpora satagētem addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atq. artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis morbis uersantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atq. Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non E
Lib.29. cap.1.
est: nisi quod cum fuisset mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus usque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiam in Italia perdurauerit: uti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & usq. ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τϊνὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπ' ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἴσα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπϊθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

HISCE diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, & poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευρϊτϊκῷ καὶ ἀφηλπϊσμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τρϊβώμου ἆραι τέφραν, καὶ με-

τ' οἴνου

A τοίνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπϊθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχαρείσατο. id eſt:

Lvcio affecto lateris dolore, & deſperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commiſceret, & poneret ſupra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus eſt illi.

Αἷμα ἀναφέροντϊ ἰουλϊανῷ ἀφηλπϊσμένῳ ὑπὸ παντός ἀνθρώπου, ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id eſt:

Sangvinem reuomenti Iuliano deſperato ab omnibus hominibus ex oraculo reſpondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praeſente populo.

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατϊώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλϊτος, καὶ κολλύρϊον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπϊχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id eſt:

C Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet ſanguinem ex gallo albo, admiſcens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur ſupra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Iſidis fieri ſolitum fuiſſe, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc ſuccurre mihi, iam poſſe mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec inquã ita eſſent, ueriſimile fit, ſolam remediorum co-

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regu D lis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, quod plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaq. uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucq. quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namq. pueros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, E sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephantiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam cōposuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas exspirauit, ut nobilissimi medici neq. genus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem F omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

nodia

Epist. 96. 8. Sympos. prob. ix.

Cap. 171.

Lib. 2. cap. 162. In prob.

Lib 25. cap. 3.

6. de locis affect.

A nodia habentem minxit. ſic Ephebus Athenis ſerpentem puſillum piloſum & plurimis pedibus ſtatim ambulantem multo cum ſemine eiecit: ſic Timonis Auiam duobus ſingulorum annorum menſibus in Cilicia delituiſſe in cauernis, ſolaq. reſpiratione, quod uiueret, cognitam eſſe traditur: ſic in Melonijs ſignum cuiuſdam affectionis hepaticae deſcriptum eſt, qua quicumque occupabantur, domeſticos mures diligenter obſeruabant, ac proſequebantur. ſic Crateri medici ſeruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab oſſibus abſcederent: ſic temporibus noſtris exſecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuerſas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel poſteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi-

Libro I. de abſtinẽtia ab aïalib⁹.

B cinae partes ad ſummam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales ſemper habendae ſunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes ſicuti diuerſae re uera ſunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτική, ſiue ὑγιεινή, altera θεραπευτική nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uerſantur, acceptis, quae quoniam ſapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem ſuſceperunt: quemadmodum etiam uſq. ad poſteriora tempora haec inueterata permanſit inter medicos conſuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conſeruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo ob maiorem neceſſitatem inuenta fuit, id nomen adepta eſt, quod

C conſeruatiua quoque ei poſtremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquiſiuit, ut iudicauerint hanc ſolam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falſam, meramue hominum alios decipere ſtudentium impoſturam exſiſtere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoſcendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaq. medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauiſſimo errore uerſari facillime cognoſcent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina ſuccurreret, aequo animo aeſtimare uoluerint: ut non abſq. ſumma ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgaſſe uideatur.

In Epistol. graecis uariorum.

ΤΗ`Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est: D

Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius uſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaq. nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere.

De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum. *Cap. II.*



CVM igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtae, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur. tot namq. praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa uero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſubſunt, ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi

A iuſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisq. eiuſdem generis comprehenduntur; unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud ueteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quampaucisſima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis

B quod Galenus hanc haud ignobiliſſimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab uno-

C quoq. exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis exſpectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere ſpero, quod in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſſimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquãda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas 2 de tu. ual. 3 Primi. doc 3. ca. 1.

quaedam membris accedat cum & naturalis ipse calor accenditur, D
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac ἀναπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes, laboresq. corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaq. reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

viij. Symp. prob. 4.

Lib. viij. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. *Cap. III.*



VATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & F
proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc est, Quod gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in In lib ad Thias.
B loco animaduertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationũ qualitates omnes, & earũ caussas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius exsistit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easq., prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: idest: Paedotribae hoc edocent praeuaricari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si In primo de dieta.
C quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum una gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis sit, gymnastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est considerare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hanc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pa- F cto, quo a Galeno: tum etiam gymnastam a paedotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conseruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent, differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differẽtiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & Respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui posset athleta aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque omnes

Lib. xvi. cap. 4.

B

C

Lib. i. de re mili. ca. 13.

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De Gymnasticae subiecto, & eius laudibus. Cap. IV.



Vm iam gymnasticam, quid sit, satis (ni fallor) explicuerimus: eamq. ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & E
quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atq. proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quod non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout εὐεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad F
Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel caussam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse

censuerint,

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atq. otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemq. tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse B gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, quod maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercēdis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerumetiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica. Cap. V.



VAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principiū habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto C semina quaedam illius iacta fuisse, quasiq. primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoque fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymasticā naturalem homini esse, & iccirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de tu. ualet.

ſticae principia quaedam exſtiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob.3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius ſimplicia fuerunt, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia res tranſlata fuit, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſſimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισίθ':

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe
Mittentes:

Et uigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἄθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας εὐζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, labetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

Ex

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ad bellorum, hostiumq. uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cō currerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentnr, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus. quoniam homines praemiorū gratia dumtaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθλητὰι nuncu- In 5. partic. prob. 8.
B pati fuerūt, qui & ab Atticis ἀσκητὰι, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Pisis, siue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerūt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,
C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines exstitere: uerum enimuero crescente luxu, multisq. a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae Tertio de repub. prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus cquirendi finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atque D
etiam posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addentes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam praeceptis, ac terminis concluserunt, atque ita artem totam pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, idest, ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, necnon quo tempore susceperit. Siquidem primum in bello Troiano dum milites Graeci in arenam ex nauibus descendentes (unde post emanasse prouerbium In arenam descendere opinor) inter se certantes ad bellum exercebantur tunc apparere coepit, artisq. E
agonisticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Postea ad sacrificia & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiam athleticae appellationem consecuta est, & apud Galenum uitiosa gymnastica nominata fuit. Demum ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis conclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neque industrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu, armis, equo. Verum enimuero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solum in usu uiguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros F
habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores extiterunt: sed postquam crescente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idem Varro conquestus sit suo tempore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiam destructa fuerunt, & simul cum ipsis ars non paruam iacturam passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum

In secundo de re rusti. in prooe.

omnes

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentē lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad exercitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde alucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime usos, nulla firma ratione probat. Lib 3. Sympo. prob. 6. Lib. xiiij. cap. 22.

De Gymnasijs Antiquorum. Cap. VI.



Ymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gym-B nasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex uerbis Galeni in secundo de tu. ual. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gymnasium fuisse publicum in separata urbis regione locum exstructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerunt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima uox etiam denudari significare uidetur, unde Martialis libro tertio.

Gymnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce uidere uiros.

Quamuis etiam quandoq. sub nomine gymnasij omnem locum, ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea C haec uox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loquitur. Namque apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, uel raras admodum, uel nullas exstitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis non fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum

B institutа

instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt, quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, ubi hos uersus habet. D

In Anach. dial.

Argiuas generatus inter urbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribat, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum ciuitate tria exstitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaq. infamia uiles, ac spurij notabantur, ut qui uere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae uero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasium habuisse Craneum uocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras uocata in urbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: E F

In Anach. dial.

4. Epist. fam. epist. 12.

In libro de antiqs nominibus.

perunt:

A perunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc usq. diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae usum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabãtur, ubi propiugeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, ut ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis uersibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam unicuique persuasum esse, quantum in errore uersatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi usus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis uaria hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, ut absque ullo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re uersatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (ut semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atq. manifesta futura sit. Immo uero, si Octauius ipse reuiuisceret, non dubito, ut erat

homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic de- D
scriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.

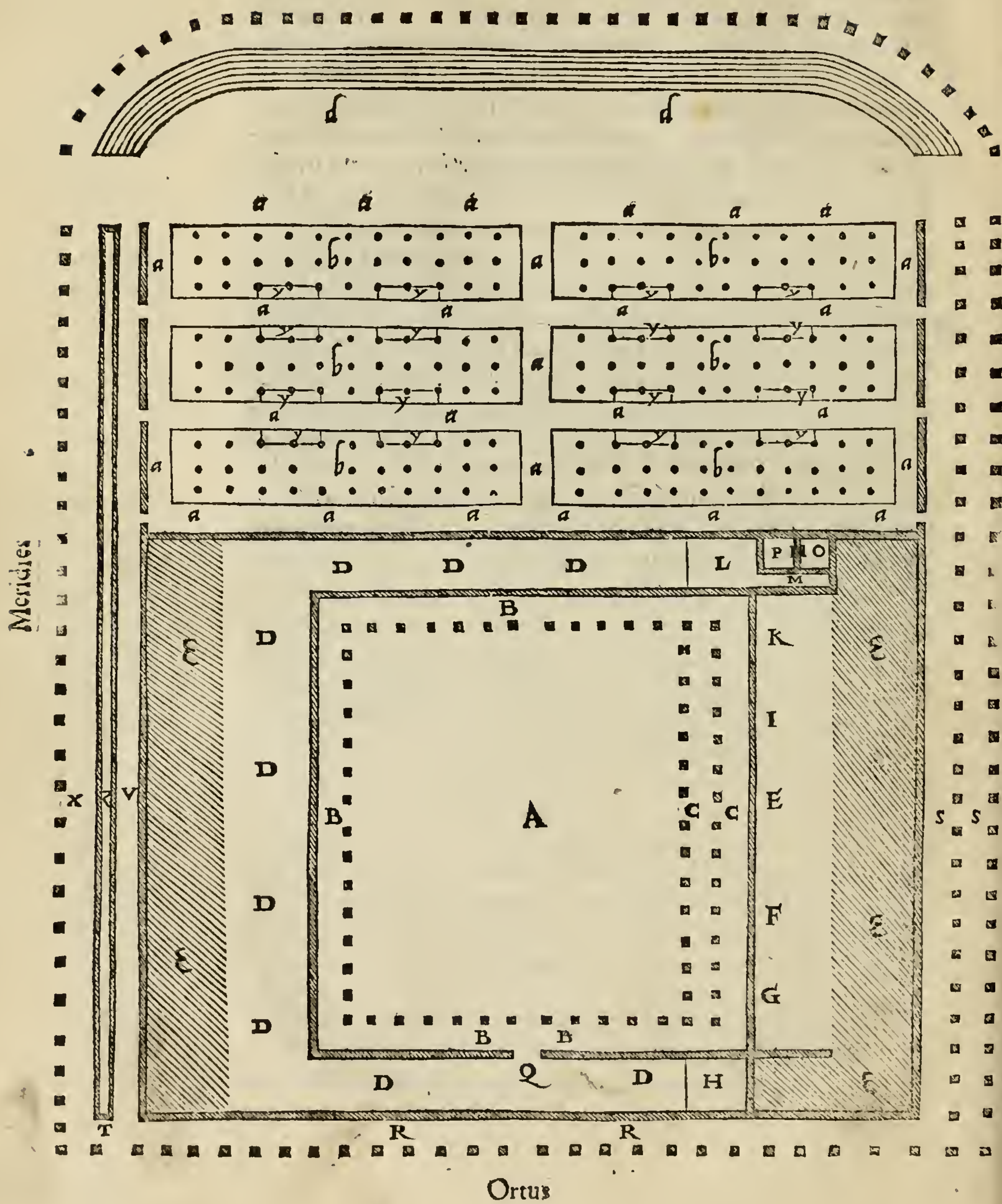


Nunc mihi uidetur (tametsi non sint Italicae consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate & quemadmodum apud Graecos constituantur E
monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, uti duorum stadiorum habeãt ambulationis circuitionem, quod Graeci uocant δίαυλον. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. uti cum tempestates uentosae sunt, non posit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquiq. qui studijs delectantur, sedentes disputare posint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissi- F
ma cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in uersura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν uocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in uersura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uersuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici caldam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, una ex peristylio exeuntibus, duae dextra,

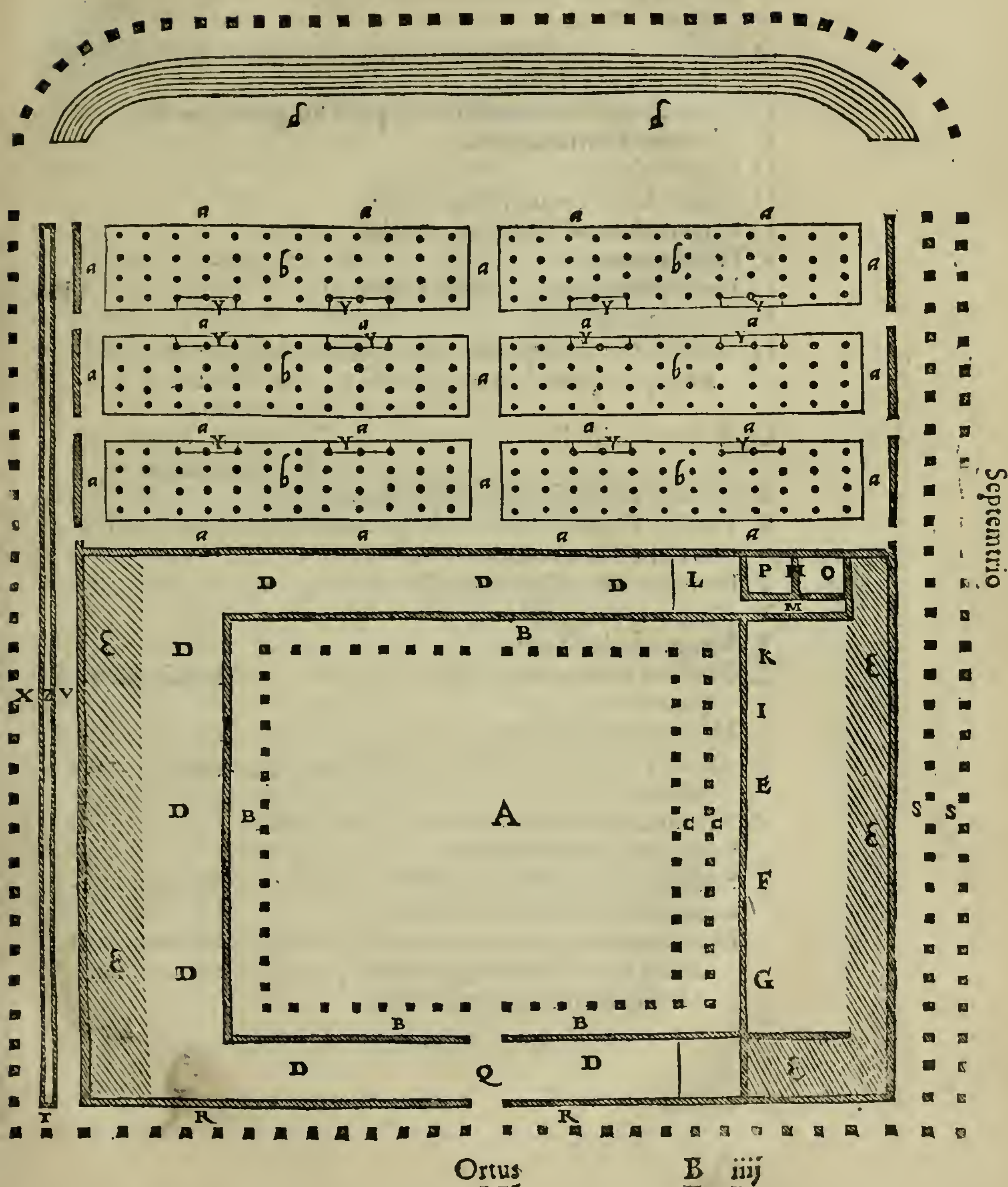
atq.

A atq. ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus una, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & duplicem porticum deſignentur hy-
B paethrae ambulationes, quas Graeci περιδρόμιδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno caelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſſint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria uidebantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.

Figura paleastrae cum peristylio quadrato.



Occasus



Ortus

A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum ſtadiorum. D

B Tres porticus ſimplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae duplex eſt.

D Exedrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi, rhetores diſputabant.

E Ephoebeum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.

F Eoriceum a parte dextera.

G Coniſterium.

H Frigida lauatio in uerſura porticus.

I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebei.

K Frigidarium.

L Iter in propnigeum in uerſura porticus. E

M Propnigeum.

N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex una parte P laconicum, ex altera O calidam lauationem }

Q Exitus e periſtylio

R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.

S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptemtrionem duplex amplisſima latitudine, & ſtadiata.

T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.

β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere ſignino.

δ Stadium ita figuratum ut poſſent hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.

ε Loca de quibus etſi non meminerit Vitruuius, fuiſſe tamen in palaeſtra neceſſe eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

De

A *De uarijs hominum generibus, quae in gymnasijs conueniebant.* *Cap. VII.*


Anta, adeoque uaria hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his uerbis apud Nonium: Ita uti soliti Romae eramus, in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his uersibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit:

10.meth. Epist.57. B

Sed uos saeuas imponite leges, Saty.7.
Vt praeceptori uerborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam ungues, digitosq. suos, ut forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdã philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirẽtur, ex uarijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκροατήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia a uero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, ut ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs uocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

13.Meth. In lib. de libris ꝓprijs C

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M'. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui ut exercitationum obseruationes, atq. modos addiscerent, ad gymnasia accedebāt, ubi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebant exercitationes, edocebātur; Adolescentes liberos palaestrā ediscere solitos fuisse facile cōuincitur ex illis Parmenonis apud Terentiū uerbis, quibus ille Chereā sub forma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculū in litteris, fac in palaestra, in musicis, quae liberū scire aequū est adolescētem, sollertē dabo. id quod clarius infra demōstrabo. Tertiū genus erant Athletae qui ibi se exercebant, ut in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populum delectare, necnon uictoria ac praemijs potiri. & quod hoc fuerit, praeter Vitruuij auctoritatem Suetonius clarissime demonstrat dū refert Neronē quandoq. gymnasiū ingredi solitū, ut certātes athletas spectaret. Quartū genus erant omnes illi siue nobiles, siue ignobiles, qui uel militaris disciplinae, & fortitudinis, uel tuēdae sanitatis, & boni habitus cōparandi gratia uarijs exercitationū generibus incumbebant. atque inter hos Galenum nostrum numerare possumus, cum scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxationem summi humeri in palaestra. Quinctū genus erat eorū, qui fabricabātur, licet enim frictiones fierēt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoq. siue ulla exercitatione seorsum ab alijs, ut de Vespasiano tradit Suetonius, solum fricabātur, quod intelligi potest ex Galeno frictionē ad exercitationes praeparatoriā a reliquis distinguēte. Sextū genus erant, qui lauabantur, atq. hi erant tū nobiles, tū ignobiliores. Hoc tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cōmunibus habebāt, ubi soli diuersis tēporibus lauabantur, multi erant qui etiā solia uel lignea, uel argentea (quod recitat Plinius) secū ferrēt, ne pedes nudos collocarēt ubi uilissimi quiq. ponebant, quāuis etiā referant nonnulli Hadrianum imperatorē lauari solitū, ubi plebs lauabatur quod & Titū Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quoniā uel exercitationum uel balnearū gratia ungebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasijs conueniebant, qui non ob aliud, nisi ad uidendos exercitatores

[Margin notes: In Eunucho. (beside "illis Parmenonis"); " " (beside quoted lines); In 1. de artic. (beside "nis, uel tuēdae"); 2 de tu: ual. (beside "siue ulla exercitatione"); E and F (right margin section letters)]

A tatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebãt. Quo in loco id etiam animaduertendum censeo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detẽti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundã uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarẽtur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanã maiestatẽ illud dedecuisse uidetur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice uersarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauãdis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri loco natae, quã illustriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas asinas B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit. Lib. II. ca. 41.

aut pinguia Poppaeana. Sat. 6.
Spirat &
Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbãdi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio r. de alime. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage uirginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella uiros,*
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
Increpat & uersi clauis adunca trochi,
Pulueruleniaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro uulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de hoc Spartanorũ more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores una cum uiris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine consequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinãdi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D



ITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis cõstat, quã do nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter uerisimile sit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, uel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus handquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaestris exstitisse: quãquã Vitruuij auctoritatem numquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παρα- E δοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quã do scilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebãtur, quod etiam a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã philosophũ audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodẽ gym F nasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, uersatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedã, & possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatem, uel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. exstat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, ubi mihi uerisimile apparet eos conuenire, atq. de praemiis, & exercẽdi genere pactio

nes

A nes facere ſolitos,qui ſimul exerceri,ac certare uolebant: quãquã ſciã Philandrũ eius opinionis fuiſſe, quod in Ephebaeo puberes ex cerentur. qua in re ipſum ualde melius ſenſiſſe exiſtimo,quam Gu lielmum Choulũ,qui in ſuo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrum uero apud Romanos,qui cum uiris ante decimum ſextum an num pueros commercium ullũ habere uetabant, hoc uerũ fuerit, affirmare non auderẽ. Neq. item negare poſſumus, Galeni tẽpore, pueros exerceri in palaeſtra conſueuiſſe,cũ is cuiuſdã aegritudinis, quã Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaeſtra acquiſiue rat, mẽtionẽ faciat:& praeterea in ſecũdo de tu.ual.ſic ſcribat: ὅυτω δὲ καὶ ὅςις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίςρᾳ γυμνάζουσι τὰς παῖδας ἐις ἐυτονίαν παρασκευάζοντες.i. Sic autẽ, & qui- In lib de p cogni. ad Poſthu.
B cumq.per funem ſcandit quemadmodum pueros in palaeſtra exer cent, eos ad robur praeparantes.Ex quibus uerbis pueros in palaeſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis conſtaret, niſi id quoq. Plautus in Bacchidibus apertiſsime teſtatus eſſet, vbi Lydus Piſtocleri paedadogus patrum erga filios ſui temporis indulgentiam taxans de anteacti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis uiginti fuiſſe primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus
Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram veneras
Gymnaſii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſſebatur malum
Et diſcipulus, & magiſter perhibebantur improbi.
Ibi curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila
Saliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs.

C Vnde mihi cõijciendũ uidetur pueris ſummo mane palaeſtrã adeũ di praeceptum fuiſſe, ut uirorum, qui tunc non aderant, commer cium uitarent,atque etiã litterarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet.etenim non defuiſſe qui pueros nudos uidere, & nefandũ eorũ amorẽ ſibi conciliare ex palaeſtris ſtuderent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum,qui locus (ut mea fert ſententia) pro denudandis hominibus,qui uel exerce ri, uel lauari, uel utrũq. agere uolebant,inſeruiebat,alias a Graecis ἀποδυτήριον,& a Galeno γυμναςήριον uocatus.Niſi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum ſignificat palaeſtras ab ipſo deſcriptas abſq. hac parte omniũ maxime neceſſaria exſtitiſſe dicendũ eſſet, quam nedũ in publicis gymnaſijs,uerum etiam in priuatis affuiſſe credo,ſi quidẽ Plinius Caecilius in deſcriptionibus uillae ſuae Lau- Lib. 2.& 5 Epiſt.
ren-

rentinae ac Tuſcorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde illorũ D ſententias probare nequeo, qui Coryceũ in Vitruuij textu legendũ putarũt a coryco pilae ſpecie, quaſi ibi ludus talis ageretur, aut cou riceũ pro tonſtrina, aut coriceum tãquã in eo puellae, & uirgines κοράι a Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleotheſiũ

Li.2.epiſt. a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atque in iſto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungebãtur, redungebanturq.. Sed, quoniã opportunitas rei poſtulare uidetur, ut de hoc gymnaſtico ungendi munere uerba faciã, neque Metrodori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, id eſt de ungendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie exſtat, quattuor ego dicã: primum, quando, & qui ungerentur: ſecundum, quae eſſet unctionis materia: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo, & a quibus unctio adminiſtraretur. Illi qui uel loturi uel ſeſe exercitaturi in gymnaſium ueniebant, maiori ex parte ſpoliabantur in E apodyterio: poſtea horum nonnulli, & praeſertim qui uel luctam, uel pancratium inire intendebant, (nã pugilatores, curſores, ac alij multi unctione non egebant) alipteriũ ingredientes ungebantur, atque ita uncti ad locũ, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, tranſeuntes puluere conſpergebantur, ſicq. deinceps in exercitationes diuerſas diuerſi prodibant: poſtquam uero ſeſe, quantum libuerat, exercuiſſent, iterum ad unctuarium reuertentes ibi a Mediaſtinis, & Reunctoribus ſtrigilibus ferreis, de quibus Martialis,

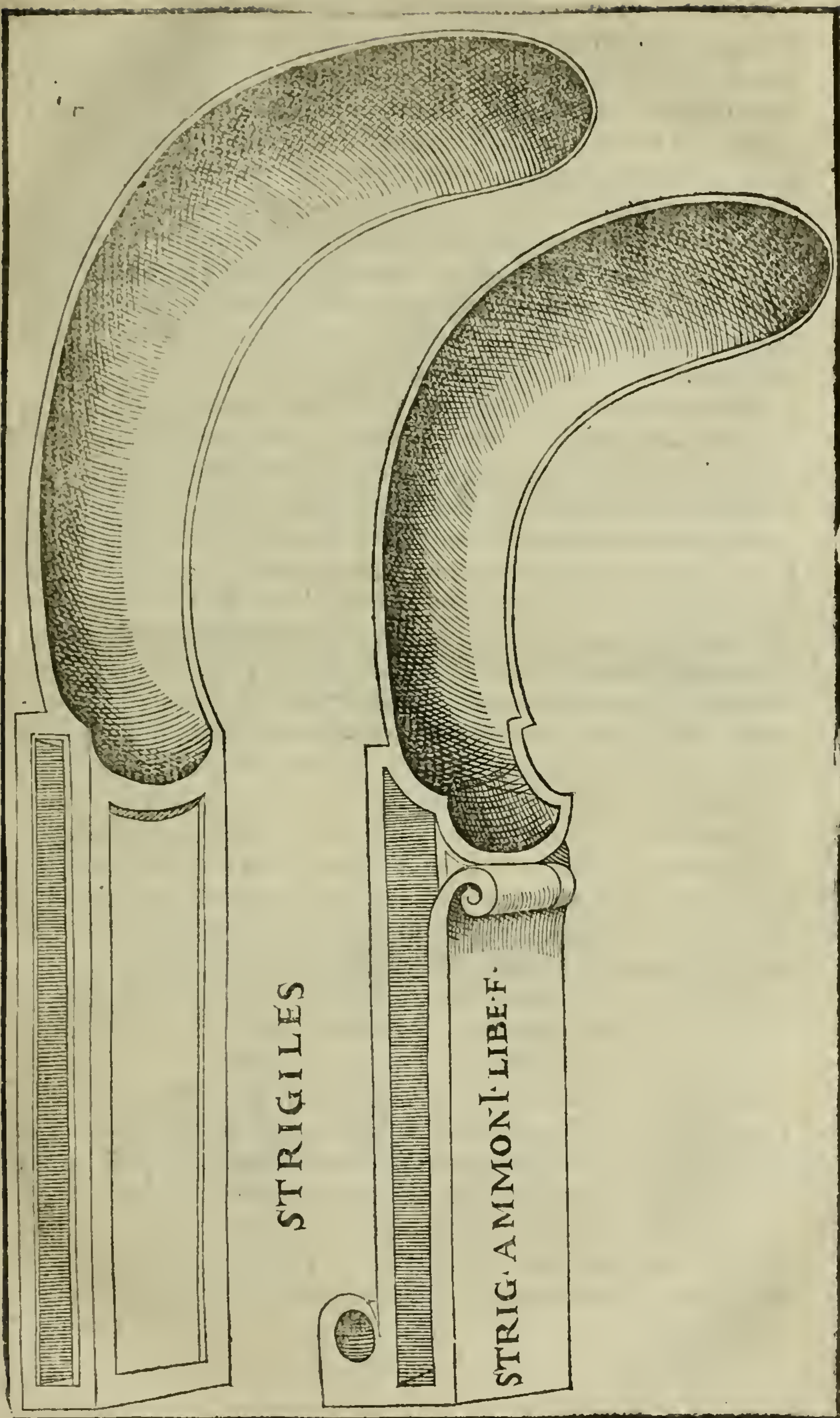
Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,
Non tam ſaepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua deterſione oleum, puluis, & ſudor, quae deradebantur, ſimul mixta in uſum medicum adſeruabantur, & ab At

Lib.1.c.3. ticis κονίσαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioſcoride, Pli F
Lib.34.c.8 nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari poteſt: tametſi Auicen-
Li. de ſim. me.81.&4. nas libro ſecundo faciat mẽtionem etiam ſudoris ſicci athletarum,
de ru. ua. quem puto fuiſſe illum, cui neq. oleum, neque puluis inerant. &
Libro.5. & 10. de ſim. quamuis Galeni aetate ſtrigiles adhiberentur ad balnei uſum, nihi
med. & lominus balneorum ſtrigiles plerumque ſpongiae erant, uel linei,
lib.2.c.17. neque communiter ſemper adminiſtrabantur, ſed quiſque proprium ſecum gerebat, & praeſertim quicumque communia cum alijs inſtrumenta habere fugiebat, ut inſinuat Perſius Sat.v.

I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel aerei, quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei ſtrigiles erant, quorũ pictura hic ponitur, qui ue olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti ſunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Deterſi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingredie-
bantur, ſed poſt egresſi denuo ungebantur modo ſimplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapaſmate ad coercendos
li.21 c.19. ſudores, ut ſcribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tempo-
ra, interdum poſt balnea, quod Homeri temporibus obſeruatum
legimus, ut in 3. Odyſ. Αὐτὰρ ἐπεὶ λοῦσέν τε καὶ ἔχρισε λίπ᾽ ἐλαίῳ, id
eſt, Poſtquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumque 17.
τοὺς δ᾽ ἐπεὶ δμωαὶ λοῦσαν, καὶ χρῖσαν ἐλαίῳ, ideſt, Hos autem poſt
quam famulae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque an-
te, ſicuti refert Galenus vj. de ualetudine conſeruanda. De Archi-
mede quaedam apud Stobaeum ſcitu digna leguntur: eum ſ. aba-
co incumbentem, & figuras quaſdam ducentem a famulis ui ab-
ſtractum ungi ſolitum fuiſſe, atq. ipſum in corpore ita uncto figu- E
ras mathematicas ſaepe deſignare conſueuiſſe. Materia unctionis
pro exercitandis uaria fuit. Ariſtotelis tempore, & oleo ſimplici, &
aqua mixto ungebantur: Is enim quincta problematum particula
ſcripſit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibe-
tur, magis laſſitudinem tollere, quam oleum ſimplex, quoniam
ita interius penetrãs exſiccata membra humectat. auctor eſt Plinius
Lib.15. c.4 Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnaſia
inuexiſſe, de quo dicebat Anacharſis Scytha eſſe inſaniae pharma-
cum, quoniam eo peruncti athletae inſanirent. Butyrum quoque
apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortaſſe oleum,
interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in uſu fuiſſe
li.11. ca.14. & lib. 28. c. 9. 3 de alimẽ. fac. c 15. teſtatum reliquit Plinius, & poſt ipſum Galenus: fuit & aliud mix-
turae genus poſterius inuentum ex oleo, puluere & cera commix- F
tum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inue
nio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animo-
rum amiſiſſe dicit: ſicut & apud Martialem libro quarto:

Seu lentum ceroma teris *& libro V.*
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. *& lib. VII.*
Et caſtigatum Lydiae ceroma palaeſtrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnaſijs condiri odoribus, ſed uiliſ
ſimis conſueuiſſe. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes
adhibitis intelligi debent: cum poſt exercitationes, & poſt balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae ſoli laſciuiae atque libidini inſeruie
bant. atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã
do ſcripſit, Solonem uetaſſe ſeruis unctiones ſiccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, non item mulierum coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demũ praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in. 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admisceri solitum; ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi consueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent. quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

B *Auxilium membris calidas infundit arenas.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimũ usum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerẽt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἀφή uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenetem scribens.

C *Quis circum pagos, & circum compita pugnax* lib. 1. epist. 1.
Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeum, uirum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, malueritque, ἀκονιτί, idest, ἄνδυ ἀγώνος, seu sine certamine dictũ esse. Alij sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas lassitudines. Galenus sentit oleum tam ad exsoluendam praeteritam lassitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquam 6. de tu. ual. c. ult.

etiam aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis D unguentis, aut sicci diapasmatis ad comprimendum immoderatum sudorem, ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis.

Quid quod olei grauius mixtum diapasmate uirus.

li 13.c.2.& li.21 ca.19. lib.1. Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: est tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero uicisim unctum, quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a seruis gymnasticis, atque reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorem unctionis penetrationem fricantes tandem uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentum applicabant: atque haec omnia ut pluri- E mum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Conisterium, Polluci κονίστρα uocatum, quincta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

& Aegyptius, quē Romā in hunc usum aduehi solitū refert Suetonius in Nerone, quemadmodū & Patrobiū Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenā tenuissimam non multū a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandemq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cū reliquis militaribus cōmercijs portatā. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā describens loquitur. F

lib.35.c.15.

Inque uicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἀφὴν namq. tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.



ACTENVS quinque Gymnasij partes, quae etiam in palaestra graecorum a Vitruuio descriptae inueniuntur, Philosophorum exedras, Ephebaeum, Apoditerium, unctuarium, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, partim

A tim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaque sexta pars locus quidam palaestra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatum, appensionem manibus ad funera stare pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita persistere, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneũ, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q.F. prima, &.2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat necnon Virgilius quincto Aeneidos. In Bacchidibus. 2 de tu ualet. ca. 9.

B

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partem, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit 6. collec. c. 14. De Berecithim. li. 1. ca. 36. li. 5 de sim. med.

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasiis?

Miser ah miser. & Afranius scribens, lib 1. de legibus. lib. de claris Orat.

C

Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest, Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes. lib. nat histo. 27. c 4

Quod autem a palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmenta quandoq. a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarũ interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinatè, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra.* nec non Plato in Charmide pro Taurei palaestra locum significauit ubi uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Prob. 4 Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum,

ubi athletae exercerentur, & in quo ſolum lucta, & pancratium D non curſus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus quandoque palaeſtram nuncupauit, ubi athletae ſolum, & craſsitudini corporis ſtudentes exercerentur: Forſan autem dubitauit aliquis an in palaeſtra hac puluis ſtratus eſſet, quoniam Galenus ipſam a loco, ubi puluis erat, ſeparaſſe uidetur huſce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν

2. de tu. ual. cap. 9.

„ τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
„ καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
„ ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
„ λαίστρας δεῖται: id eſt: Sed & haec abſque palaeſtra, & alto puluere. in quocumque loco conculcato erectis ſtantibus fieri poſſunt: quae uero lucta inter ſe contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto puluere, uel palaeſtra opus habent. Cui ita reſponſum uolo, etiam in palaeſtra fuiſſe ſtratum puluerem, ſed humilẽ, E ac modicum, ita quod duo fuerint loca puluere ſtrata, alterum palaeſtrae, alterum extra palaeſtram: in illo puluis humilis, in hoc altus & copioſus eſſet: cuius pulueris in utroque uſus erat, tum ut certantes firmius contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terra deijciebantur, minus laederentur. At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius comparabant. Quae omnia ſignificauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, ubi ſcribit ſe uidiſſe athletas, ſaepius, ne a puluere ſuffocarentur, periclitantes, & ubi Adoleſcentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenoſa facto ualde exſiccatum ad gymnaſium ſe contuliſſe: quod ex ijs eſſet, qui F illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaeſtra quoque dicta ſit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in ſuis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, ſane non uideo. Septima gymnaſij pars fuit ſphaeriſtirium, ubi uariae exercitationes, & praeſertim cũcta pilae exercitia, quae plurima exſtitiſſe infra demonſtrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non eſſe coriceum a Vitruuio deſcriptum ſatis in ſuperioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnaſijs tamen fuiſſe multis uerbis oſtendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnaſijs hortisue Sphaeriſtirium una cum alijs exſtructum fuiſſe, locupletisſimum teſtem habemus iuniorem Plinium, qui uillas ſuas deſcribens Laurentinum & Tuſcos in utriſq. ſphaeriſtirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque cir-

libr. 11. de uſu partiũ. & li. d cauſis procatarticis.

lib. 2. c. 4.

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari potest, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus hospiti suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauennae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristirium & hypocausta & quaedam ipsius ualetudini apta sua impensa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in sphaeristirio nedum pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri consueuisse, quando & in ipso Vespasianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius) sibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota peristylij area quae & ad subministrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad spatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in B alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum cōculcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuisse opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantum solo forent. In his cursum factum existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vitruuium nil aliud fuerit diaulos, quam perystiliorum quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiam saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdum habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam utraque apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemē & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta au- C tem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambulabant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus consitae ad praestandum amoenitatem, atque illis, qui a sole offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De ijsdem quoque Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium locum intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationem in uiis, quam in cursibus sub hisce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦ-

li.2 epist. & 5. lib.17.c.16

lib.12.

Loco citato. In Oecon.

„ μαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Tuo autem, & meo socio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorem lassitudinem ijs, quae fiunt in cursibus, parere dicit. Id quod si Ficinus recte pensitasset, melius Platonis uerba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Easdem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις, hoc est, ambulanti mihi in xysti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputasse & in suis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xysta Graecorum.

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio. Cap. X.



DECIMA gymnasiorum pars fuit Balneum, quam ob delicias, atque sanitatem omnium maxime aestimatã fuisse certum est, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorem exstitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usque ad Asclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut scribit Galenus nondum publica balnea, aut priuata accommode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis balnea indigebant pro uariis lauandorum commoditatibus, quae necessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbissimis marmoribus exstruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua scriptum est a Seneca, quod quisq. pauper sibi uidebatur, ac sordidus, nisi parietes balneorum magnis ac pretiosis orbibus refulsissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argẽtea epistomia fudissent. Ne statuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gemmas calcare uellent. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptum qui lectitarit, non poterit maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Vt autem de gymnasiorũ balneis paullo

3. com. de uic. acut.

Epist. 87.

lib. 6.

lib. 1. Sil.

A lo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solum (quando iā Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primā horum commētariorum editionē uniuersam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quae uasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarētur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquā dulcē uel pluuia collectam, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatam omnes sciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. saepenumero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegroti, aut ualetudinarij utebātur, non gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nō B contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuersum constituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse reperio, frigidam lauationem siue λ8τρον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasarium. Haec omnia loca cō camerata & fornicū modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarū reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenseri, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia extruere coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lauatio, siue λ8-C τρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriū a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quādo similis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequebantur siue ob ualetudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quē rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauisse scribit Lampridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalū numquam in piscinis lauari passum esse nisi illae croco, alijsue pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uasa reperiebantur, ut possent aestate plures conuenire. non defuerunt qui in hac parte piscinā pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epist. ad Q. Fra. epist. 1.

C iiij positam

positā fuisse crediderint. At mihi uerisimilius uidetur eam in frigi- D da lauatione, ubi alia frigida aqua seruabatur, exstitisse, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte sie ri potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium cōmunis pro exercitatoribus spoliandis locus non parū distabat, adeo quod loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephebaeū, frigidam lauationem, & reliqua loca transire necessum fuisset: tum quia probabile est in Ephebaeo homines saepius inueniri consuesse, a quibus loturos haud quaque nudos conspici honestum erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quam ruri apodyterium quoq. fuisse balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasterium E temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidarium ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerās quattuor statuit, calidarium, calidam lauationem, quam λȣτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura, quā ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquā hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem, Galenus aliā λȣτρον uocent, quandoquidem non est rationi dissentaneū, utrasq. eo nomine designatas esse, cū in ambabus homines lauarentur. Frigidario adnexum tepidariū duobus hominum generibus inseruiebat, tum illis, qui tepore aeris aut aquae, uel utriusq. ob uoluptatē, siue ualetudinem frui uolebant; tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad F calidarium, & rursum a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabātur, quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiendum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisisset, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicū, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniū

cta

2. de re rust. in pro. 5. epist. lib. 3. de tu. ual. 10. col. c. 6.

lib. 3 epist. ad Q. F. ep. prima.

A cta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad prouocandum sudorẽ potissimum instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec cõtra sui temporis mores: scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorem prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, ubi tempore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat, cuius Horatius quoque meminit in Epist. ubi ait.

Li. 5 c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3 ad Q. F. epist. 1. In pro. li. de rerustic. li. 1. ad Vallam.

B *sane myrteta relinqui*
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
Sulphura

Qui apud Vitruuiũ Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicum uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis.

lib. 5. c. 10.

Ritus si placeant tibi Laconum,
Contentus potes arido uapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Lib. 6.

C Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio fieri cõsueuisse tradit Plinius, exercerẽt: fuisset namq. (ut est in prouerbio) camino oleũ addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij:

v. Epist. li.

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem.

nam taxat quendam, quod in Laconici solio copiose exspuẽdo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantium firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae continendae positis referta. in qua quod lauarentur, calidae lauationis a Vitruuio, &

a Ga-

x. Metho. a Galeno λᾶτρον nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud D Galenum viij. de composit. medicam. sec. loc. uocasse ζεστόν. Erat namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquã est in controuersia positum. Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorũ construendis nullam tepidarij mentionem faciat, cuius, dum priuatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum certus. quoniam si illud sub concamerata sudatione intellexit, sequeretur etiam in tepidario sudari consueuisse, cum tamen in superiori capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lauatione tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiusdem libri initio tamquam diuersa fecit? Itaque dicendum est forte concameratam sudationem & laconicum, & calidam lauationem complecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorum palaestrae id non haberent. E Quod porro scripsit Pollux libro septimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum idem alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit. nisi uelimus penes Antiquos βαλανεῖον significasse totum gymnasiũ ipsum. Atq. haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum partibus. Fuerũt & innumera fere priuatorũ balnea, quae & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inseruirent, primo hypocaustum continebant, quod secundum Vitruuij descriptionem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendum tũ aquam, tum praedicta loca ignis succẽdebatur, & ne exstingueretur F a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarũ apud Vitruuium lib.v.cap.x. mentio clara habetur, ubi docet solum
lib.j. Sil. caldariorum ita sternendum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non possit intro resistere, sed rursus redire ad praefurnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci:

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quam graui errore uersentur illi, qui Hypocaustum, & Laconicum idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca epist. xci. tempestate sua inuentos esse parieti-

bus

A bus impressos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul, & summa foueret aequaliter: illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, ferventi cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu exspirante uaporem.

Horum autem tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae conspiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedam erat propnigeum, quasi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque caldario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continen
B dam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fistulas corriuandam. Non lõge ab hoc situm fuit uasarium, ubi uasa conseruabantur balneorum seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria composita fuisse, unum calidarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae calidae exisset, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebant. Quod Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos
C ad octauam horam uersas cõstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset, utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, sub quo labrum exstruebatur: circa labrum erant spatiosi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumspectantes recte stabant, nec suis umbris lucem, quae superius capiebatur, obscurare poterant. De aeris porro intra balneum exsistentis statu a Senecã, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo quod de illis dicere licebat *Huc*

Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.

lib. 5. c. 10.

lib. 9. coll. Cap. 10.

Epist. 87. lib. 8 sym. prob. 9.

Quales

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quincto. D

Si temperari balneum cupis feruens
Faustinae, quod uix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo post Senecam, & Plutarchum floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utēdi haudquaquam tunc omnibus communem fuisse, sed aliquibus peculiarem, pro
Epist. 87. comperto habeo: etsi Seneca testatur apud ueteres hoc quoque nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balneorum loca, quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac salubrem temperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetu- E dinem abijsse, ut balnea tunc similia incendio forent. Vasa, quibus lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calda lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nuncupabantur: adeoq. magna erant, ut etiam in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atque horum uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarum ruinis conspiciuntur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimū fierent; attamen in publicis quoque, sed ob priuatorum forsan usus, exstitisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiusculam, alia oualem, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerum antiquarum monu- F mentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
ORCEOLVM
TRVLLA BAL-
NEARIA

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis man
Lib. 7. data leguntur. fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere ten
Lib. 9. tarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.

Non silice duro, structili, ue caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaq. compage
Vt nauigare Tucca balneo possit.

Tongillum quędam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Exitus hic est
Sat. 6. *Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,*
Qui solet, & uexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exstitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi nō postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus; aut saltem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atq. inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym- F nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemad-
Libro 1. de re milit. modum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, &

ab

A ab exercitationibus, uel ſole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec ſolum dulcibus aquis, ſed & medicatis ob delicias uſos homines teſtatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti conſueuiſſe quod non poſſent, neque ferrent cibos capere niſi loti, auctor eſt Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de cauſſa interijſſe, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti miniſtrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Poſidonio medico relatum eſt; ut non temere Plinius in medicos inuectus ſit, quod perſuaſiſſent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientiſsimi uero efferentur. In libro de tu. ualet. Aetius li 6. cap 10. L b 29. cap 1.

B Summatim ob quattuor cauſas balnea in uſu exſtitiſſe ſcribit Clemens Alexandrinus: ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, ſiue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, ſiue ob ſanitatem, ſiue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas laſsitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωπογναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum ſomnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robuſtiores redderentur, calorq. naturalis intro repulſus maior euaderet; ideoque fere poſt calidas balineas ea adhibebatur, quẽ uſum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Muſam Auguſti medicos, fratres, monſtraſſe refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Maſsilienſis, damnato calidorum balneorum uſu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at- Lib. 3 pac. dag c 9.

C que in lacus aegros mergebat. qua de re exſtat Senecae adſtipulatio, ſeſe pſychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribaſium) ad prorogandam uitam, multaq. alia praeſtanda, frigidam lauationem conferre opinati ſunt; haec enim de ſeipſo refert Agathinus. Equidem ſaepenumero a cena cum aegre in ſomnum delabor, propter aeſtum, in frigidam deſcendere conſueui; & mirabile eſt quam iucundam noctem tranſigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil ſoluiſſe, teſtatur Iuuenalis. li. xxviij. cap. 4. li. x. colle. cap. 7.

Nec pueri credunt, niſi qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D
Lib. 10. scribit, *Balnea post decimam lasso, centumq. petuntur.*

Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabãtur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & assiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

3. de comp. med. s. G.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit comoedis omnibus una satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitum uoci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, uerpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & dic.

Μηδὲ γυναικείῳ λούτρῳ χρόα φαιδρύνεσθαι.

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

saltem

A saltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cōfirmare uidetur, cuius uerba apud Gelliū ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrūque sexum simul lauari, sed commoditas cōiungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit. lib. 10. c. 5. lib. 5. c. 10. Sat. 6.

B

Grauis occursu, taeterrima uultu
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impressit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare cogit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tēpestate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta cateruis
Balnea deuitat Blatara? & Lib. 11.

C

Cum te lucerna balneator exstincta
Admittat inter bustuarias moechas. lib. 3. in Vetust. nam.

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest, lib. 3. ca. 5.

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Casƒius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amisƒionis poena: quod postea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarũ dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandũ forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: toti nundinis solum lauabantur. Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a tẽporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominũ prius exercebatur, deinde balnea ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum innuisse Martialem eo uersu uideri potest.

D | E | F

Epist. 87. | Lib. de tre. sig. & spos. | In libro de paruae pilae ludo. | Lib. 4.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidisƒima Virgine, quam & tactu iucundisƒimam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum

Lib. 31. c. 3.

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora Lib. 5.

Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperam fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib. 4.

Octauam poteris seruare, lauabimur una. Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminē nisi aegrum lauari uoluit. quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticū, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimā, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, post horam octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. sine timore, & iucūde ederat, biberatque, ut (quod C erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq repletus posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικὴ a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγογὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderūt, uiuere cognouerat, breui compa

Lib. 13. Ep. ultima.

Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal.

lib. 2. c. 6. 27. na. hist. cap. 3. 4. Flor.

raſſet, eorum uſum frequentiorē reddidit. Vndecima, ac omnium D poſtrema in gymnaſijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uolupta le athletas certantes: ſpectabat: nilq. aliud erat, quam hemiſphoerium quoddam, multis gradibus conſtructum, unde poterant commode ſpectatores, qui ſemper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipſum & xyſtum ſeu peridromidas murus intercederet; atque inde per oſtium ex platanonibus gymnaſiorum athletae in arena ſtadij prodirent, & ſi a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen conſentaneum uidetur, uniuerſum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam ſupracitati Capitolini teſtimonio comprobari poteſt) muro concluſum, & propterea a gymnaſio ſtadium muri ſaepto diuiſum fuiſſe. De alijs gymnaſio fere neceſſarijs locis, ueluti lignario, uaſario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaeſtrarum E deſcriptione mentio non habeatur, ad noſtrumque inſtitutum minus pertineat; ſicut nec quomodo ambulationes illae ſubſtratis carbonibus, atque cloacis proximis exſtruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in deſcribendis xyſtis praetermiſſa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exſtructas fuiſſe popinas, quas Iſidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inſeruiſſe, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra eſſent admodum exinaniti, diſſolutiue, haberent, ubi ſtatim refici poſſent. atq. has forſan Plinius intellexit Epiſt. iij. lib. j. quando poſt balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorū gymnaſijs.

De accubitus in cena antiquorum: & ſemel dumtaxat in die cenandi conſuetudinis origine. *Cap. XI.* F



VONIAM balneorum explicatorum occaſio iam ſuadet, nosq. ſupra polliciti ſumus de cenandi ſemel in die, & in cena accumbendi antiquorum conſuetudinis origine ſermonem habere; & ſi extra rem noſtram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum eſt, quin ſententiam noſtram in medium proponamus, alias eam libentisſime mutaturi, ſiquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi conſentaneam demonſtrauerit. Quod etenim maiores noſtri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & ueſpere tantum ſaturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu uſuri erant, quibus a medicis ueſpere cenare interdictum

fuiſſe

A fuiſſe ſcripſit Ariſtoteles, & exceptis Syracuſanis, quos bis in die cibis impleri, quaſi res noua eſſet, tradit Plato) ſatis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum eſt: ſed de his ſuſius & melius in uarijs lectionibus noſtris tractatum eſt. quod ſimiliter fere omnes dum cenabant in ſtratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare oſtendentes, doctiſsimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, ut id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit. Ceterum undenam hae duae conſuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus ita appoſite & diligenter declarauit, quin poſteris dubitandi, & plura deſiderandi occaſionem reliquerit. B Quod uel ob rei obſcuritatem, uel ob neglectum euenerit, ignoro. Ego ſane utraſque illas, & accubitus ſcilicet, & unius in die cenae conſuetudines a balneorum uſu manaſſe exiſtimo. & primo quod ita de accubitu ſentiam, pluribus, ijſque non ſpernendis coniecturis adducor; quarum prima eſt, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi ſedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

3. partic. Prob. 32. Ep'ſt. ad Dionem.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyſſ.
ἐξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε τρόνους τε:

id eſt,

At Proci ingreſsi ſunt, qui mox inde ſuperbi
Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis

C & ubi Telemachus, eiuſq. ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt lotionem cenant ſedentes.

ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον:

id eſt,

Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum,

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paullatim balneorum uſu, una quoque huiuſcemodi accubitus incrementum, praeſertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando ſcilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accumbebant, nec cum ipſis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſſe legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubuiſſe in publicis cenis credi poteſt ex eius in 7. Politic. ſcriptis, ubi puerorum inſtitu-

20. Etym. .. dip. noſ.

D ſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in commeſſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni, atque etiam Conſtantini Imperatoris tempora, cum in frequentiſsimo uſu balnea eſſent, nedum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoſcunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes ſimul accumbebant, ſicuti hiſce uerſibus innuit Ouidius.

1. de arte amandi.

Ergo ubi contigerint poſiti tibi munera Bacchi,
Atque erit in ſocij femina parte thori. &,

lib. 1. amorum. Eleg. 4.

Cum premet ille torum, uultu comes ipſe modeſto
Ibis, ut accumbas.

lib. 2. ca. 2.

E & ſicuti Valerius idem de aetate ſua ſcribit. Quamquã apud Graecos numquam mulieres accubuiſſe iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerſo ſitu mulieres a uiris accumbentes cenaſſe rationi conſentaneum eſt: non ſolum, quod honeſtatis, atque dignitatis utriuſque ratio ita poſtulaſſe uidetur, ſed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraeſentantur, illae certe figura quadam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſique ſedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conſpiciuntur. At quo pacto uiri accumberent, operaeprecium me ſacturum auguror, ſi poſtquam locus inuitat, breuiter explicuero. Viros enim ſcribit Plutarchus, in principio cenae cubito ſiniſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) menſam, ut plurimum tetigiſſe: quo ſola dextera manu illam circumire poſſent, in fine uero ſe ipſos in latus ita, ut acutam corporis figuram, redderent, uertiſſe. οὐ κατ' ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. idest, non ſecundum latitudinem, ſed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, ſiue ſit Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus (ut magis ſuſpicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias cauſſas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc eſſe unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος diſponebantur: ſatiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, ſpina uero dorſi modice reflexa, ac reliquo corpore reſupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uerſus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

5. Symp. Prob. 6.

F

Nam

A *Nam plurima dixit*
In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat Saty. 4.
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad uelaria raptos.

saturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam supra dorsum supini, saepe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum conuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duae, quas infra ponenB das curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis communicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quam primi forsan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postremo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perC spicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitum uarijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco consulari, nec non de tribus tricliniorum mensis disseruit, iam non obscurum est, quam mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuarum situ uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, praesertim quando scribit. 1 de symp. probl. 3.

lib 1. Sat 4. *Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos* D
E quibus unus auet, quauis aſpergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos conſueuiſſe in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam aſſeruerit, ſane miror, quaſi non ſit cuiq. perſpectiſsimum leges extitiſſe quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant, ſicut & adagium illud uulgatiſsimum, ſeptem conuiuium, nouem conuicium, atteſtatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum duodecim ſolemni conuiuio primum accubuiſſe, ita ut prioribus ſaeculis potius ternos, atque pauciores adhuc ſingulo lecto conuiuas diſcumbere ſolitos fuiſſe conuincatur: niſi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum E
copia cóueniret, nequaquam accúbentiú numerus ſeruari pote-
5. Symp. 5. rat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnuſiano lapide colligitur; quo uel epulum publicum, uel nuptialem coenam repraeſentari non eſt dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente ſunt interpretati, equidem non improbo. at forſan nec abſurdum fuerit, ſi Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere menſarum ſculpturae antiquae, quam poetarum teſtimonia conuiuijs ſemper frigidam, & calidam praebuiſſe oſtendunt, quemq. cunctos, ne ab ipſo male tractarentur, reueritos eſſe, & ab eo mordendo abſtinuiſſe ueriſimile fit. Iam uero Maria Magdalena ut ſtans retro pedes Chriſti coenātis lauerit, atq. Ioannes ſupra eiuſdem Chriſti pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnuſiani triclinij figura, ſecus quam pictores antiqua F
rū rerū ignari faciant, ſine labore conijcitur: quemadmodū nec arduū eſt ꝑcipere quid Martialis ſignificare hoc diſticho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obſonia tradas*
Cur non menſa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus ſpacia retro relinquebantur, in quibus ſeruis uaria miniſtrantibus multa offerre, & oblata recipere facile erat. ſed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monſtrat nobis. Vnum eſt, quod memoriae prodidit Varro. ſ. quo tempore uſus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne ſuper menſas ſpargeretur, atq. dapes ſimul conſpurcaret, & conuiuas, ſolita in triclinijs ſuſpen-
Lib. 2, Satyr. 8. di, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus deſignari.

In-

A *Interea suspensa graues aulaea ruinas*
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentoriis sericeis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, nimirum priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatũ, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo magis coacti, atq. adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibis sur
B sum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeq. κεράσαι, id est temperare uinũ aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibiipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnusianum esse uetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum aliis instrumentis nonnullis in dextro margine expressis, quae aliis, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam
C monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.

Dipnosophiston. 11


ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnusianis, post Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq.ad id quod supra proposuerã rediens dico,cum & lauãdi, D & accũbendi mores simul introduci,augeriq.coeperint, uerisimile fieri,alterum eorũ ab altero ortum duxisse:non autẽ est dicẽdum ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora,ortum duxisse : igitur remanet ut accubitus a balneis principium habuerit.Secũda ratio est, quod ueteres usq.ab Homeri temporib.statim post balnea coenitabant,quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locum ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis,uoluptatis, ac ualetudinis rationes consideremus,ualde rationi consentaneum erat,illos praesertim, quibus priuata erãt domi balnea,iam lotos,& detersos,ne noxã ullam incurrerent, sed lassitudinem effugerent, lectulos ingredi,a quibus non discederẽt, sed mox prope mensas, & coenam parari curarẽt, sicq.comederent, perinde ac tempestate nostra maior pars eorum medicorum facien- E dum iubet,qui aut ualetudinarios,aut etiam sanos lauari mandant, nam κλισμοὶ illi,in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenãt, haud multum lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoque coniicere ualeamus,tunc accumbendi morem principium quoddam obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis
Li.14.c.22. paullatim crescens in eam formam terminatum sit. Nam & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quando nonnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamque induere non paterentur; sed nudi protinus ad bibendum accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem, commoditatemue ullam aliam, aut honestatem ita accumbere inchoarint,quando si sedentes, atq.accumbentes in cenãdo inuicem comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, F ac honestate utuntur, quam accumbentes: coniiciendum uidetur aliqua alia iusta ratione consuetudinem illam inuectam fuisse,quae opinione mea,nulla alia fuit,nisi quia quotidie lauabantur;a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur,lectos ingrediebantur,atque ibi uel lacerna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant.Ex quo paullatim huiuscemodi consuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, si quis coenans non accubuisset, ut Martialis significauit, ubi Syriscum damnat,quod in popinis sellularijs non accumbens coenaret. Quod si quis sententiae nostrae id refragari uelit, quod uerisimile nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terētio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse; & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuersos exstitisse. Huic primum respondeo, minime mihi plene constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas habebant, quando Horatio priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur,

B (lib 1. Ser. ep. 6.)

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In Sellariolis uagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarisime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptialibus conuiuijs, fateor quidem omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorum conuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necesitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbarēt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos. Addo huic nequaquam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse cenantes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus originem inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lasitudinem uitandam post modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nudi, modo lacernis, aliisue in id paratis uestibus induti cenarent, at-

C

que

que inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accumbendi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolinus, & praesertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accumbens cenaret; in qua re non secus contigit, ac euenisse conspicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate quadam primum repertae, deinceps ad luxum, lasciuiam, uoluptatem, aliosque usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres in cõuiuijs omnes prope excogitasse uoluptates, nihilque reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret? sic enim sermones conuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerunt, ad auditum oblectandum musicae uaria genera adhibuerunt, unguenta pretiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusq. contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arriderent, somnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum porro cibis, & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibuerint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aducta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiã multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenaeo citata. De antiquorum in die semel tantum sese cibis implendi cõsuetudine, eius etiam opinionis sum, quod cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otium ipsis suppetebat: quoniam si priuata cuiusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum, accubitusq. apparatum consideremus, magna temporis pars ipsis insumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione committere fuissent coacti. Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere,

D E F (margin letters)

lib. 11 de re rust. c. 1.

3. Symp. Prob 1.
6. de simp. cap. de anetho.
2. Paedag. cap. 8.

li. 7. ca. 16.

6. de tu. ua.

A gere, qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare; praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc
B ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncq. perspicuū est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cena antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.



Q Vemadmodum ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam caruisse constat, qui & ipsam uoluminibus illustrarint,
C & ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plurimae res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quando quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima commentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iā dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis, atque splendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata commentaria: quibus dum nos carere considero, non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta

op era

opera ualde deterreri; sed haec dimittentes iam gymnasiorum mi- D
nistros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere magno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco illi praeerat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & deni- E
que cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione coniicitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

In Bacc.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F
MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod non

6. Epidim. sect. 8. prope finem

A non ſolum ipſe luctaretur, uerum etiam palaeſtrae curam haberet. Agoniſtarcham uero eum fuiſſe puto, qui certaminum publicorum praefectus eſſet, quiue & in amphitheatris, & in gymnaſijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus ſuum obibat. eius habetur mentio in hac uetuſta inſcriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG.
LIB. APOLLONIVS
B AGONISTARCHA. COM
MODIANVS.

Poſt hos aderat Gymnaſtes, quem Galenus ſecundo de tu. ual. uoluit magiſtrum omnium exercitationum exſtitiſſe, qui eorum uires, ac potentias ad ſanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus eſſet, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi ſi quis ſeruum aegrum medico, aut gymnaſtae uendat, non eſſe redhibendum uult, quaſi uterque languentes ſanis dignoſcere ſcire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato uero Paedotribam, referēte Galeno,
C uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicū medicum qui primus gymnaſticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita ſcriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exſiſtenti inſeruiant. Galenus tamen in conſilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuiſſe tempore ſuo, tradit. Ἀλείπτην quoque ab Ariſtotele 2. Ethic. capit. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: ſi quidem Celſus, ubi dixit ſanum hominem nullis ſeſe legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere uoluit; ſicuti etiam Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta reperiuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum medici,

In lib. ad Thraſ.

lib. 3. c. 47

lib 1. c. 1.

„ dici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo- D
„ luiſſent. Ex quo Clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uidere eſt. quo in caſu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluiſſe, notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uidetur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſsimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultates ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuiſſe prudentem paedotribam inueniri. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationũ, F paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem, minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebãt, inſtitutor, ac ueluti paedotriba, quiue, ſecundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen, quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut

In lib. ad Tharſ.

Cap. 3.

2. de tu. ual.

paedo-

A paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, uario, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his ἰατρολείπτην ostenderimus. Mediastini quoque gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro seruitijs gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua Mediastinorum fit mentio. lib. 3. c. 45.

DIS. MANIBVS. S.
B TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

Aderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cũ
C linteis exsiccantes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus corpora exercitatorum distringere, atque a strigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum extingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis lusores pilae, utpote obstrepentes, intelligendos putant, male sententias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, ut docti uiri censuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorum tamen sententiam non probo, quod Iuuenalis certo testatum faciat, fuis- Epist. 57.

se

ſe in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi ſeruos ſuos deſcribens D
Perſico ait:

Sat. II.

Nec pugillares defert in balnea raucus
Teſticulos, nec uellendas iam praebuit alas.

Lib. 14. ca. 20. lib. 29. cap. I.

Atque hos modo uolſellis ad id obeundum uſos eſſe: nunc reſina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuiſſe confitetur Plinius) nunc pſilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas cenſores, coactos aliquando fuiſſe, lege, & edicto cauere, ne in balnea inſerretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnaſiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus ſupra locuti ſumus. Miniſtrabant praeterea gymnaſijs uariarum rerum uenditores, ut poſſent illi, qui in ipſis uerſabantur, & cupiditatibus, & neceſsitatibus ſatisfacere. inter quos E adnumerantur a Seneca libarij, hoc eſt, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, cruſtularij. &, quoniam inter exercendum ſaepe uulnera, contuſiones, contorſiones, luxationes, multaque alia fieri ſolent, ob id gymmnaſia medicos ſimiliter habuiſſe opinor, qui mane & ueſpere huiuſmodi caſibus occurrendi, atque medendi gratia praeſto adeſſent, quemadmodum & in ludis, ſeu publicis ſpectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuentae ſint hae duae antiquae marmoreae inſcriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN F
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuiuis perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorũ confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina: ut B iure omnes, & praeserrim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationem sint insectati. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tempus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba, qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilierepus, alipilus, Ianitor, fornicator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica.* Cap. XIII.



VICVMQVE artem, aut rem aliquã sibi exacte tractandam proponunt, operaepretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequiuocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes: necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus

gymnasticae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut D
Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiã supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarũ ope, & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere. Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc spe- E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ studiũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum edu- F
cationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

in lib. de Philos.

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodoque addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militaris libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ ξύλα comminuere solitum scripsit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri
B possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὺς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥαδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Queadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel aliis publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sentetiam huiuscemodi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἄθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in .3. de Repu.

Lib. ij.

In suas ad bo. ar

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομψοτέρας δ' ἔτι- D νος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὓς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliā ratione, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed E tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae, uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gym F nasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

A *De uitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.*



OSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnastica simplici, quãtum ad praesens negotium spectabat, satis disseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonem habere. quę quoniam temporibus Galeni, atq. etiam superioribus maximam auctoritatem sibi uendicauerat, ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atque impurissimis contu- In suas. ad bo.ar.
meliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quam sapiẽter simul ac iuste fecerit, ex his quae de illius professorum moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarum futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, lib.7.c.56.
athleticam ab Hercule olympiae inuentam fuisse: ut tota haec ars
B duos parentes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atque artem illustrẽ & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo postea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut uerius κακοτεχνίας quam artis nomẽ In lib ad Thras.
ei conuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe uictoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. comparando nimium incumbebant, mentem etiam crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides, uertiginosos, Tertio de repub.
tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratem medicum secutus, 1.Aph.lib.
qui habitus athletarũ ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubiq. detestatus est, sicut & Plutarchus eos saxis atq. In lib. de tu.ual.
C gymnasiorum columnis similes effecit, alias item confessus quod Graecis nihil aliud mollitiem, atq. seruitutem inuexerit, nisi haec gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atque relanguescentes ab armis delapsi sunt, contenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totam eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorũ libro de Agonistica (sic etiã athleticam appellatã superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ με- Cap.5.
γέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γάρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμε- ,,
νος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω, δρομικός. ὁ ,,
δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικός, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτι- ,,
κός, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικός· ὁ δὲ πᾶσι τούτοις ,,
πένταθλος. idest, Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudi-

ne, & robore, & celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui D enim quodammodo crura proiicere, & uelociter, ac longe mouere potest, cursor; qui uero comprimere, & cótinere luctator; qui percussione impellere, pugil; qui autem utrisq. his, pancratiastes, qui uero omnibus his, quinquertio est. Ex quibus clare patet athletarũ omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse, ut corporis magitudinem, robur, atque celeritatem compararent, quibus soli ceteros antagonistas superare, & praemio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus con tenderent, quinque tamen praecipua erant, in quibus uel semper, uel plerumq. tã in sacris certaminibus, quam in ludis, amphitheatris, & publicis spectaculis, sed praesertim in stadio, quod fere solis athletis proprie destinatum erat, certabant, lucta, pugilatus, cursus, saltus, & discus. unde luctatores, pugiles, cursores, saltatores, disco- E boli nuncupabãtur, qui separatim in singulis pollerent, sicuti Pancratiasta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in cunctis quinque, péthatlus, & uocabulo Romano quinquertio uocabatur. etsi Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas significare scribat Festus, apud quem etiam perihodon uicisse dicebatur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine a circuitu eorum spectaculorum accepto. Erant postmodum Halteres, iacula, atque nonnulla alia, quorum quoque certamina athletae obibant, at in publicis ludorum, & sacrorum certaminum celebrationibus raro illa peragebãtur, una excepta monomachia, quã Graecos sacerdotes aestatis tempore in Pergamo exercere consueuisse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, siue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuersos fuisse sciã, quod F M. Cicero testatum fecit Epist. Fam. lib. vij. Epist. 1. his uerbis, Nã quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores contempseris? De ijs in Digestorum libro 9. t. l. Aquilia ab Vlpiano scriptum reperio. Si in colluctatione uel in pancratio, uel pugiles dum inter se exercẽtur alius alium occiderit, cessat Aquilia, quia gloriae caussa & uirtutis, non iniuriae, uidetur damnum datum. unde patere ar bitror apud Maiores hanc athleticam in maxima existimatione habitam. cuius ea erat ratio, quod homines semper illas res extollere, ac honore dignas efficere solẽt, a quibus uoluptates, ac delectationes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis cete risq. spectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore habita atque a multis expetita fuit: quando athletis ludos ingrediẽ tibus ut refert Plinius omnes assurgebant, etiam senatus, ijq. sena-

Margin notes: "3. de art. 5" (beside "uisse memoriae prodidit Galenus"); "lib. 16. c. 4" (beside "tibus ut refert Plinius").

tui

A qui proxime sedebant, necnon cum patribus, tum patriis a quibus om-
nis muneribus merebant, & maiores in patria triumphantes in ve-
hebantur. Ne dicam, quod Eusebius in v. de Praeparatione euan-
gelica multo sermone damnat veteres, scilicet, ob superstitionem,
atque infinitate inter Deos deuenisse, ut pugiles, atque athletas in
Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus satis cla-
rum esse potest, athletarum antiquitus magnae existimationis fuisse:
& propterea non temere illum Galenum insectatum esse, dum ani-
maduerteret, quantum damni ex ea artis athleticae reputatione hu-
mano generi accederet, si quidem non modo cuncta animi, verum
etiam corporis bona ita corrumpebantur, ut nihil inueniri posset,
quod magis hominibus, qui gloriae & praemiorum ratione illam
undique ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Euripi-
B des quoque elegantissime testatus fuit sub hisce verbis.

Gal. in sua. ad. ca. 2.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' Ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὔτε μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' αὖ δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ' ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡσσημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπερβολὴν πατρός;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμηχανίαν.

id est, *Cum mala innumera per Graeciam sient,*
Nullum deterius Athletarum genere est,
Qui primum bene viuere haud discunt,
C *Neque possunt etiam, qui etenim viri*
Quis qui est gulae deditus, ventrisque indulgens,
Diuitias pararit, ut alat familiam?
Neque item egenos esse, & fortunis inseruire
Sciunt. nam in malis haud assueti
Morbos, aut facile mutantur in molestias.

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticae statum pro-
dat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosam artem communé
tamen celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, et Theon
Alexandrinus, qui ob athleticam, in qua excellebant, cognomen eius pe-
ritiae ad gymnasticam tandem detulerunt. Ne taceam Platonem, quem
Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad · Laert. in vi ta Plat.
philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemii gratia cer-
tare, atque nimium multis necis generibus exponere manifestum non se

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non eadem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerũ, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primò fuit δόσις, seu donum, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona. Quid autem δόσις Clementi significet, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit. D

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam tota uiuendi ratio in sex rebus, quas non naturales appellare medici uoluerunt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in unoquoque horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs cibis athletas usos diuersis temporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorem quendam Pythagoram athletis primum carnem comedendam exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atque talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumque sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebantur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdum caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, E F

Lib. 1. lib. 6 coll.

quem

A quem Clitomachus Carthaginiẽsis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait,

Inter catellas anserum exta lambentes,
Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tũ bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cum caseo sine fermento cõfecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil πολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incurB rebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod crederent ab eo nutrimentum solidum produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secundo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas persicasse tres, ac aliquando taurum, quem C per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atque hinc perspicuum fit, quam uere Aristoteles 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, quasi plus, quam ferre possent, edere cogerentur: qua etiam uoce utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarum esse potest, nisi quod refert Galenus non aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere consueuisse, sed dumtaxat in cena, non modo

4 de re me. cap. 27.

cap. 3.

7. meth.

do

do ratione, uerumetiam experientia docti cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficillimos ipsis, cum ob qualitatem eorum ualde calori resistentem, tum ob immensam quantitatem. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quã somno perficere, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod si Plutarchus 4. sympofiacorum eosdem simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatem prorsus effugisse tradit, eius sententiam ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumque, & quantumcumque fuerit, usos. quod neque nos negamus, qui supra diximus frequentissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualem moderationem ceteris uitae eorum partibus respondentem athletae adhibuerint, clarissime demonstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoque, & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet exercitium τέλειον, siue κατασκευὴν apud Galenũ tertio de tuen. ualetud. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cõtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quaerens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo euenisse, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colorem cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti mediocris calore in summa corporis retento leuiter colorem prouocat, & ad corporis superficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime nimirum est Galenum dixisse quinque annis ad summum ἰσοσθενεῖς perdurasse. Iam quoque aeris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationem haberent. quamuis dum se ad futura cartamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestum est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas plagas,

[Margin notes: li. 11. c. 53. — Prob. 4. — 38 partic. prob. 5. — In libro de morborũ temporib.]

[Margin letters: D, E, F]

A gas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptũ sequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excandescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo sese gererent in B illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. uenerem moderatam esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimenti, & sanguinis copiam magis necesse haberent, quod porro a Venere prorsus athletae obtinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoq. testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessariorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperãtiae legem promulgasse, quae C adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habensr ita scriptum reliquit.

Homilia 54.
Geograp. lib. 5.
8. de legib.
6. de loc. affec. in fi.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida uirgine? ne futuat. lib. 11.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuũm Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- „

li. 34. c. 18.
5. de tu. ual. c. ult.

tae

tae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando D
uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucun-
In lib ad martyres. diore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Ale-
xandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commen-
tario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletas a ue
li. 28. c. 6. nere abstinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum
coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uene-
reisq. uocem, cum e candida declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc
itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanita
ti detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectum athleti-
cum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse pos-
In suas. ad bo ar. sunt, quae ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uideli-
In libr. ad Thras. cet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffoca
tiones, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hie E
ronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippo
cratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum
In li 2. aduersus Iouinianum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissi-
mus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athle-
tico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accom
modato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athle
tarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere
non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Ale
3. li paedagogi. c. 9. xandrinus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam
honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad cer-
tandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule pri-
mum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos ob
tegendi consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exerce F
bantur, introductam esse memoriae mandatum est.

Explicit Liber Primus.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.



POSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non uerae, & non uerae differentiam satis expli cauimus, consequens est, ut, ceteris nõ prorsus omis sis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem ha B bere polliciti sumus. Quoniam uero, dum gymnasticae definitionẽ in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarum unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operãdi ratio, uidebimus quae sit in obeũdis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeq., uel ad parandũ bonũ habitum, uel sanitatem defendendam conferat. Exercitationem itaq. definiuit Galenus, secũdo de tu. uale. & ipsum secutus Aetius, esse motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationem, motum, atq. laborem inter C se differre demonstrat: propterea quod motus est res quaedam magis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nõ sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiam aliquãdo communi quadam appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uocatum esse censet, quãdo is dixit, Labores cibum praecedant, &, ubi fames, laborandum non est. ibi enim uocem hanc πόνος, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione duntaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentẽtia Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis ap pella

6. Ethic.
li. 3. ca. 2.
6. de morb. uulg. cõ. 4. t x. 31.
2. Aph. 16.
In Onomastico.
2. d tu. ual.
lib. 3. cap. 2.

pellatum, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehemēter moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquā integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cū animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequēs est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nō enim apposuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum vehementem exsistere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie non complectitur, de quibus ad medicū tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus; siquidem omnia quattuor caussarum genera haudquaquam cōplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit item illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorum mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorum impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum esse membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definientes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemēs, uoluntarius, cū anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparādi gratia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atque soli definito cōuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me sciscitari, nūquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo ꝙ non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nō proprie, saltem communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiunt. quibus uero ali

Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1.

4. colle. c. 2

qua

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atq; hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quincto de tu. ual. ca. II. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uocifera-
B tionibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationem a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorũ ageretur, nihilo secius exercitationem uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocaret exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficerentur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese
C habẽte, etiam ad gymnasticam facultatẽ de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicẽdũ erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruãtissimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tẽpore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. *Cap. II.*


TRACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum, atq.

atque praecipuum principium a natura acceptū sit, animantia bruta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendū hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur: atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiūt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticae diuisionem in mediū proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. ubi demōstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica duntaxat sermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemq. conseruare intendit sicut medicus, sed alium finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda

aptiores

Marginalia: 1. de leg. (beside line 2); 2. de tu. ua. (beside line 3); D (line 1); E (line 14); F (line 29)

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illã exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturq. id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptũ reliquit: ὀρχηστικοὺς καὶ
B παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alterã, quae motus hominum a se ipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub ali-
C qua praedictarum specie contineri non ostendam. Nec quidquam sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus. non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.

 D


VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne confusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriam, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticã adnectemus. quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atque Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, E quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hanc, κυβίστημα uocauit Lucianus. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

> σφαίρῃ ταὶ δ᾽ ἄρ᾽ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
> τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, uittis uellisq. remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis ulnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos F simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quãuis maiores nostri ut plurimum uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tẽpora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremq. uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursuum in

uasio-

A uaſiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percuſſores ſimulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti uiros ſimul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti acceſſurum ad adipiſcendam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnaſtica inter ceteras exercitationes habuerit ali quando ſaltationes, comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanionem togatae ſaltationis primum inuentorem utriſque ſaecularibus ludis, & D. Auguſti, & Claudij Caeſaris ſaltaſſe memoriae prodidit: quemadmodum & Plato loco nuper citato ſaltationem a nobis mediam, ab ipſo ἀμφισβητουμένην nuncupatam in ſacrificijs, atque expiationibus fieri ſolitam, quam a Mantinenſibus, & Arcadibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte inſinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos, & ſacrificiorum celebritates eſſe iam decreuimus, ſaltatoriam habuiſſe. Galenus porro nec medicinae gymnaſticā ſaltationes a ſe reſpuiſſe tamquam ſanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in ſecūdo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini reſtitutos a ſe luctis, pācratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter teſtatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atque ſenibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile eſt, conducere ſcribit. An uero haec ea ſit ſaltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, ſiue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in proſperitatibus, & in moderatis uoluptatibus tēperati exſiſtere ſcripſit, haud tuto affirmare audeo. ſat ſit nobis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticae genus hac ſaltatione caruiſſe, in quam & in palaeſtricam exercitationum artem a Platone diuiſam eſſe iam diximus.

lib. 7. c. 48

li. 6. de Cyri Exped

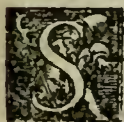
B

cap. ult.

Orib. 6. collec.

C

De Sphaeriſtirica. *Cap. IV.*



SALTATIONEM in cubiſticam, ſphaeriſticam, & orcheſticam, ſiue communi nomine uocatam ſaltationem diuiſimus, quarum unaquaeq. iam nobis fuſius declarāda foret. Sed quoniam de cubiſtica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omiſſa illa, reliquas duas proſequemur. Atque primo ſphaeriſtica ſeſe offert, quae tametſi Homeri temporibus ſimplicior eſſet, attamen poſterioribus ſaeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι- D
ριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit. Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
lib. 7. c. 56 scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequeamus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc ludo commentaria non habemus, quibus fortasis & tantae uarietatis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq. scriptores non parum confusi fuerint, atque interdũ a ueritate longe recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario E
rem, minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pila itaq. ludendi genera quatuor dũtaxat apud graecos exstitisse reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, καὶ κώρυκον, siue paruam pilam, magnam, atq. pilam inanẽ, & corycũ. repono corycũ inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius, & Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabimus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundũ Antyllũ tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes manus manibus proxime admouebãt. secũda erat pila maiuscula, qua cubitos cubitis ludendo immiscebat, nec corporibus mutuo haerebat, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter uarios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, & in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilam emittebant cũ uehementia, & concinnitate. inter has species adnumerari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum ἁρπαστὸν & φαινίνδα uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tũ quia Clemens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum paruae pilae, & praesertim φαινίνδα, exercitationem esse uiris ualde accommodatã, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarũ facit: εἴδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φαινίνδα παιδιὰν ἐν ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cõfirmatum inuenitur, ubi etiam harpastum uocatum innuit. huius etenim inuẽtorem exstitisse Phanaestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius item descriptionem

A ptionem Antiphanes in huncmodum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε· τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istū Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quaſi ſic ludētes ſibiip ſis pilam mutuo mandarent: uel ſic uocata eſt a Phennido primo in uentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, ideſt, a decipiendo, quoniam alio ſimulantes in aliā partem mittunt decipientes credulū, ſicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, epiſcyrum luſum fieri ſolitū, ubi paribus ad pares in duas turmas diſpoſitis, media linea educebatur, quam ſcyrum uocabant, cuiq. pilam impoſitā quiſq. contēdebat, ut intra alias duas lineas poſt utrorumq. ordinē deſcriptas aduerſariorum, metas ſcilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam luſores dum pilam capiebant, at B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, ſiue euertebant, uerisimile fit ſpectatores, atque etiam ſeipſos magna delectatione affeciſſe, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operā dabant. unde Demoxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundē explicaturus haec prodidit: Νεανίας τίς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅτι ἐν τῷ τὶ λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἐλαβεῖν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοί ὑγιαίνειν δοκῶ. ideſt, Iuuenis quidā annis fere decem, & ſeptem natus pila luſit, Patria erat Cous (nam C illa inſula Deos producere uidetur) qui cum in ſedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes ſimul clamabamus: quāta autem concinnitas, ordo, ac uenuſtas dū aliquid diceret, aut faceret, ſupra omnē pulchritudinem exſiſtit. O uiri, neq. umquam antea audiui, neque talem uenuſtatem uidi, certe aliquid mali cōtigiſſet mihi ſi diutius ibi permanſiſſem, neque multum mihi ſanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae luſores compte, & concinniter ludere ſolitos perſpicuum efficitur. Hae itaq. ſunt pilae paruae ſpecies, de quibus a Graecis mentionem habitā ſcio, & in quibus Epigenes philoſophus, nec non Cteſibius Chalcidenſis philoſophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exſudabantur, multum excelluiſſe dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo ſcilicet ſeſe reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequā ter-

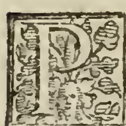
[Margin: 3 Paed. lib. cap. 10. — athenaeus 1. Dhipnoſophiſt.]

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D
ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerũ etiã
ex manuũ figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex An
tyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris pracdi
ctis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac
semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum
scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter bra
chia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen
coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilã, quemad
modum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab alijs differen
tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis esset, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius oratio-
nem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet.
*Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύ-
ρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύνα
μιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω
θεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφα-
λὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰω
ροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαί-
νειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθουμένους
ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαν
τες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προ- F
σελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμ-
πουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι.
ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ
στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετά-
φρενον.* id est, Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficul- Lib. 6. coll.
" neo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero magni-
" tudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, suspenditur au
" tẽ in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fun
" dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utrisq. mani-
" bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, postea uero uehe-
" mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
" redeunti cedant uiolentia compulsi, postremo uero eum e mani-
" bus reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori
aduentu

A aduentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepissime re- ,,
stituendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retro- ,,
cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dū propinquat, ,,
quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re ,,
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figurā Coryci ut pote om- ,,
nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen asse-
qui possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia co
riacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu & manus, &
pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius,
sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum con-
tendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram di-
stasse. De hoc intelligēdum est adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνά
ζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatū est. De
B hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi
κορυκομαχίαν, falso a Cornario follem interpretatam, ad attenuan
dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Are-
taeus, ubi pro elephanticorum exercitationibus κορυκοβολίας pro-
bauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut sacu
li iactus, inepte satis transtulit. Eandem quoque intellexisse Coe-
lium Aurelianum existimo, cum ad polysarciam diminuendā cory
comachiam (sic enim legendum est) commendauit ijsdem prope
remedijs usus, quae ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde
argumentatus sum, Auctorem sicuti cetera, ita & corymachiam ab
Hippocrate mutuatum esse. quamuis textus iudicio meo deprauа-
tus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella
ri, censuerunt aliqui: quorum sententiam postquā in superioribus
C refutauimus, nil aliud dicendum est. Atq. haec de quattuor pilae lu
di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ina-
ni, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex
descriptionibus nuper allatis manifesto cōstat, uerum etiam ex Ga-
leni uerbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: ubi inter cete
ras gymnasiorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam
magnam, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imita
tus. quod profecto non fecissent nisi quaedam inter se diuersa exsti
tissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitatio-
nes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur,
parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque
bellicam, & praesertim pueris edocendis incumbentem pilarum ex
ercitationes usurpasse, neq. ad ualetudinem, ac agilitatem compa-
randam, augendam ue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari

autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas ex D ercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasq; exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniam & ueterum, & recentiorũ tam Graecorũ, quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed ioco agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiãt. ludi uero, quos athleticae esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam solatij, & uoluptatis solius gratia in otiis festiuis agebantur.

De Pilae ludo secundum Latinos. *Cap. V.*



OSTQVAM pila ludẽdi Graecis usitata genera satis explanauimus, superest & ea, quae a Latinis & in usu habita, & scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus ambo conuenerint, & in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiã apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicã, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta, soloq. uento repleta, quae si maior erat, brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur, ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Propertium lib.3. E

Cum pila ueloces fallit per brachia iactus, F

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat.lib.2.Sat.2.

Seu pila uelox
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp.Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.


ΠΥΘΙΑ

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, ut apud Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, ſicuti a Suetonio in uita Auguſti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit. D

Plumea ſeu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec conſueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij reſpondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixiſſe. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque ſenes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi ſcriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle ſenes. E

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus luſui locus nullis lapidibus aut lateribus ſternebatur, ne laberentur pedibus ludentes, &, ſi forte lapſi eſſent, ex caſu damnum nõ paterentur; & propterea, cum ſolum minime pauimentatum foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri poteſt ut pauimento luderent, ſed puluere humili & exiguo illud adſpergeretur, ita ut pilam reſilire non impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarentur. Nã in puluerulento ſolo fieri hanc exercitationem conſueuiſſe, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire neſcientem in hunc modũ carpit:

Effugere e Thermis, & circa balnea non eſt,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaq. trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi ſaepe pilas,
Colliget, & referet lapſum de puluere follem,
Et ſi iam lotus, iam ſoleatus erit:

Numquid autem ludus iſte fuerit unus ex ijs, quos ſuperius ſecundum Graecos auctores enarrauimus, uariae ſententiae fuerũt. Alij enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorũ idem fuiſſe, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. ualet. corycum follem traduxiſſet, in ſexto poſt modum libro magnã pilam iterum follem tranſtulit, quaſi corycus, & pila magna non 2. de tu ual. differret apud Galenum, qui expreſſe & pilam paruam, & magnã, & corycum diſtinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem Latinorum fuiſſe: atque hanc opinionem maior pars recentiorum

ſcri

A ſcriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribaſium caput Coryci, de folle pugillatorio inſcribendum iudicarunt. ſed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuiſſe, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera eſt, quod ludentes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, quod Oribaſius ludum pilae magnae non modo aegrotis, ſed etiam conualeſcentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follem, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnaſiorum ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo
B grano, aut farina, aut arena implebatur, follis ſolo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderunt. quibus ego libenter aſſentirem, niſi Martialis dixiſſet, follem mitiori aetati conuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam eſſe cenſuiſſet. Colligo igitur ex his omnibus, quod cū follis neque inanis pila Graecorum, neque magna eorundem, neq. corycus fuerit, eum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerunt nōnulli, ubi ea exercebātur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilam ſimplici no-
C mine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro ſeptimo.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpaſta uagus puluerulenta rapis.

Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici complectetur: de hac ſimiliter locutum credo Celſum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilam, & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus demonſtrat, luſores ita triangulari ſitus figura colludere ſolitos, ut manibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam ui- l.b.1.c.6.

ciſſim

cissim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo D summam ludentium laudem fuisse uerisimile fit, sicut in lib. 7. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem sinistrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic palmam tibi de Trigone nudo
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

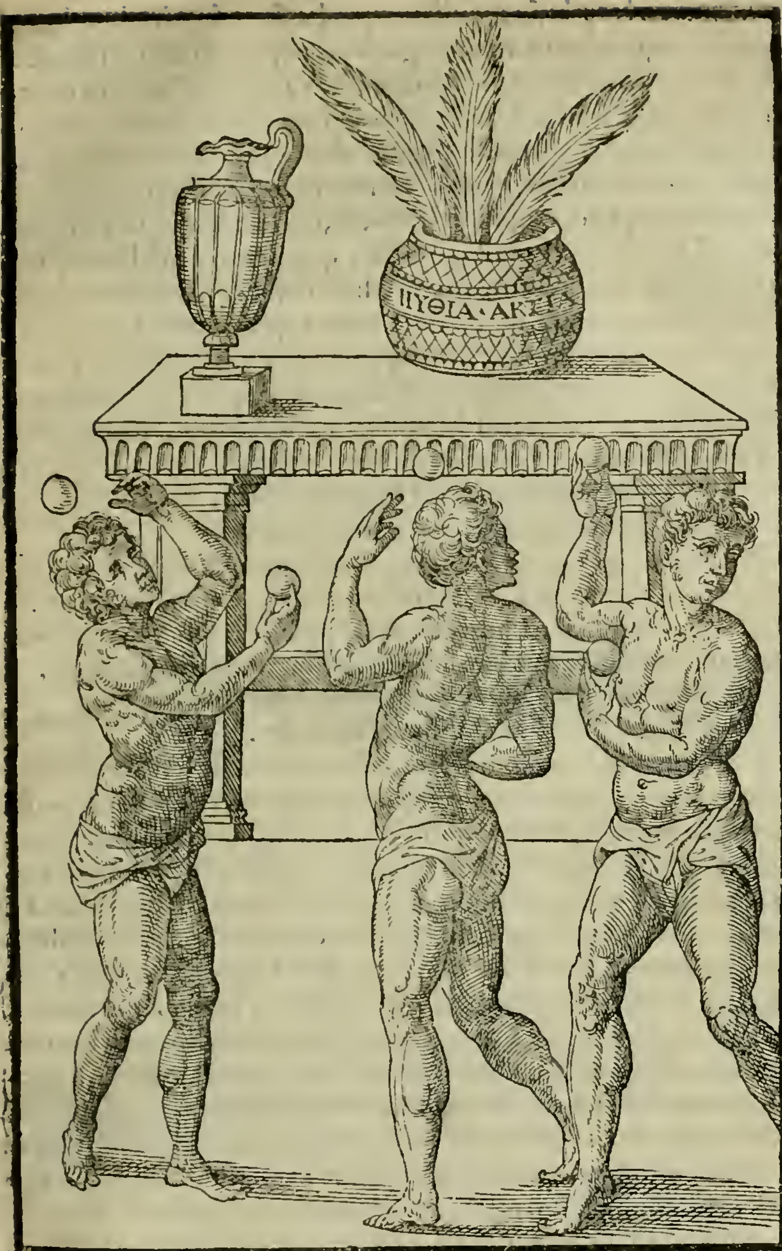
Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4. E

Seu lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines ludendo ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerētis F dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excusis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditum est.


ΠΥΘΙΑ · ΑΚ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, D
& in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu habe retur. Nam Dionysius antiquitatum libro 4. refert, Romã in quattuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitatores Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paganica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, non ita tamen ut est follis, laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follem, aliquãdo trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitationem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit consueuisse fere omnes, qui sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps statim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter ceteros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum La- F
tinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitudinem idem prorsus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpastum rotundum fuisse. „ τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν, „ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι: idest, Lusus autem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ceteras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamẽ ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro. 7.
Non Harpasta uagus puluerulenta rapis & libro. 14.
Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt uberiore uiri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochiq.,
Armaq., & in gyros ire coactus equus:

eiusdẽ poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadẽ exprobrans, quod omnibus fere uirorũ munijs fungeretur, qua si rẽ mulieribus prae alijs maxime insuetã ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoq. subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curãda puerorũ epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionẽ facit, C de qua posterius uerba faciã, cum ad praesentẽ de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationẽ minime pertineat, de qua haec satis. Lib 1. sen. 3 trac. 2. cap. 2.

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.



TRES saltatoriae partes, cubisticã, sphaeristicam, & quae nomine generis uocatur simpliciter, saltationẽ, in superioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertia modo, quã scrupulosissimã uocauit Columella, subnectẽda uenit. de qua haec a nobis declarabũtur, primo quid fuerit, secundo quot species habuerit, tertio cur ea uterentur maiores nostri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, ubi dixisset, omnia poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diui- In prooe. lib. de re rustic.

dit

dit, quarum alias diuersis generibus imitari ut uel harmonia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agentes, uel introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam induti, aut non mutati; de saltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. idest, Numero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim numerosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imitãtur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationẽ, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominũ mores, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuilium dixerat, nihil esse in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam numerus, & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expressit Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium saltationem tres partes habuisse scripsit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bacchae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis similibus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem autem fuisse nõ proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo motu facta cõsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitabant, nisi quod sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simonides

Cap. 4.

Prob. 15.

7. de leg.

D E F

des

A des poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem loquentem uocare solebat: quamquam refert Putarchus, tempesta te sua ueram saltationem a musica, cui associabatur, deprauatam fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quis autem primus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cōpertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uocatum fuisse siceliſſare; post quem Chleophantus Thebanus, & Æschylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλίσμους Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc per durat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Loco citato.

8. dipnos.

B

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ' Ἄπολλον: idest:
Saltator rex splendoris, pharetrateq. Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius instrumenti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato Xenophon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fuerant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus sic Iuuenalis.

C

Forsitan exspectes ut Gaditana canoro
Incipiet prurire choro, plausuq. probatae
Ad terram tremulo descendant clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

Sat. 11.

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodā Lacone, seu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati saltabant cum cantu, & sine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Æmanenses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, mo lossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam uiro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus B exstitit, has saltationes δῖνας uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, nō est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiā saltationē tot atq. plures ad huc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impul su, atq. tractu componatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retror- 7. Phys.
C sum, uel dextrorsum, uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

De fine saltationis, & de loco. *Cap. VII.*



CVM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, uerisimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio

nem, complexum, alternationem ſaltatores peragerent: atque ita uniuerſa ſaltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad repraeſentandas res formatis conflata ſit. quod autem ſaltantes praecipue brachia mouerent, ſignificauit & Ouidius, ubi dixit: D

Si uer eſt, canta, ſi mollia brachia, ſalta. &
Brachia ſaltantis, uocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuiſſe comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad ſacrificia in uſu fuiſſe praeter Platonem atque Plutarchum teſtatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra ſui temporis homines inuehitur, quod ſaltatoriae nimis operam darent, quaſi ſolis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem ſaltatione maiores noſtri uterentur, tametſi ſupra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum eſt illud, quod omnis armata ſaltatio pyrrhichia uocitata nō ob aliud inuenta fuit, niſi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hoſtes effugere, modo inuadere, aliosq. geſtus bellis gerendis neceſſarios perdiſcerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimā ſaltatriculam a Myſo pyrrhicham ſaltare iuſſam conſpicati, admirātes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem ſaltationis genere cum Phrynicus ſe excellenter in fabula geſsiſſet, illum ſibi imperatorem Athenienſes delegerunt. Neque etiam difficile eſt indicare hanc eandem ſaltationem & bono habitui comparando, & ſanitati conſeruandae nō parum conduxiſſe: quandoquidem de manuum geſticulatione, quam χειρονομίαν uocant graeci, ſcriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & ſanis & interdum aegris corporibus uſurpatam eſſe. Temporibus uero noſtris ſaltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praeſtare nemo negaret, quemadmodum Galenus ſe plurimos ſanitati reſtituiſſe, aliosq. in ea ſolius ſaltationis auxilio conſeruaſſe confitetur: qui ſimiliter & ſaltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recenſuit, dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διαχίζουσιν ἐπὶ πλεῖστον τὰ σκέλη. ideſt, ſaltatorum uehementes motus, in quibus maxime ſaltant, & uelociſsime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes ſurſum exſurgunt, atque crura plurimum attrahunt

loc citatis. 1. & 2. d arte aman.

2. de dicta. libro 1. de cur. chr. cap. 1.

» » »

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non cinaedus usquam magis » saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimo- » nio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi

B quoque interdum saltabāt; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen saltationis perelegans e-

In Mil. glo. actu. 3.

C manauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono sympo siacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Concludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

Li. 14. dip.

ECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operaepretiũ est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas cõtinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητικὴ siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemq. concertantes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, parətheses, & systases necessario requirebantur, illudq. prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, E
» de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed
» antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfri-
In Pseu. actu 5. ctionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse
cap. 8. ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, bini, quoniã F
2. de diff. pulsuũm. etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoq. iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non desuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutar-
2. Symp. prob. 4. chus, qui non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse uoluerint, sed potius quod solum haec

exer

A exercitatio πηλȣ͂ ideſt luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisſimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificioſiſſima, & aſtutiſsima exſiſtit, omnium etiam uetuſtiſsima fuerit, cum manifeſte appareat, primo in uſum ea uocari, quae ſimplicia ſine ulla arte, & uia magis quam methodo conſiſtunt: unde Soſicles πάλην ἀπὸ τȣ͂ παλεύειν, quod eſt dolo & inſidijs deijcere, fuiſſe deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τȣ͂ παλαιςȣ͂, ideſt a coniunctis, ſimulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quaſi ita ipſa appellata ſit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam ſententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud ſolam quattuor digitorum menſuram ſignificare ſcribit, a qua menſura deduB ci poſtmodum exercitationis nomen ualde longinquum eſt; & proinde melius ſenſiſſe uidentur illi, qui ἀπὸ τȣ͂ παλῆναι natam & dictam πάλην, credunt, ſiue ἀπὸ τȣ͂ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & ſpargere, quod poſtremum ab Homero quoq. ac Hippocrate uſurpatum teſtatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, ſignificare conſtat: niſi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τȣ͂ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc eſt appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem curſores ſemper diſtabant, nec umquam appropinquabantur, pugillatores pariter a deſignatoribus numquam complicari permittebantur, ſed ſoli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracuſanorum nummis recognoſcere poſſumus, in quibus ſic luctatores uarios repraeſentari, indicauit nobis Ligorius.


LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerẽtur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atq. huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundũ ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbante Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, ꝙ palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorum certamina grauia apud Galenum lib. iij de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cõpositũ. Secũdumꝙ uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nam in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur, atq. ibi inuicem cõplicati; seq. mutuo conuoluentes alter alterum sibi supponere nitebantur: quẽadmodum clarissime mostrãt depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.


PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cōi animaliū gressu.

Non amo qui uincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionem, qua palaestrita reducto pectore aduersarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribasium, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera B uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. 6 collect. cap. 27. 6 de dieta. 2. ď tu. ua.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. Cap. IX.



PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in. 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur- C sui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originē accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur. Prob. 5.

Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt. Lib. 5.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatū idem penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorum tamen scriptis coniectura consequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare consueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicem percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, uel grauius & damnosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiam πυκ-

τύειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. D Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inseruijsse, testatum reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarum prima est, quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatum commendare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exstitisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. Altera ratio est, E quod, si naturam pugilatus exacte spectemus, cum percussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cum solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni conferre possit, non uideo: ut tuto dicendum sit, pugilatum in gymnastica medica exiguum usum habuisse, in militari uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores fuisse Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glacus Carystius excelluit, ut quincta & uigesima Olympiade coronatus pyctae idest pugilatoris nomine per excellentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operam dedisse, legitur apud Terentium. quod agebant, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experientia & ratione comprobatum, obesos minus ex carnibus iniurias sentire. Cur autem Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respondeat, pugilice atq. athletice, non est admodum difficile coniectura consequi. quod etiam Galenus scriptum reliquit, Luctatores potissimum athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiam eodem nomine appellatos fuisse pugiles, & pancratiastes. qua de re fieri potest ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq. tamen robori, & corporis crassitiei studerent, & iccirco seruus ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu F

2. Symp. Prob. 5.

In Eun. act 2. sce. 3.

1. de alim. fac. c. 2.

Plau. in Epidico.

tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnaſtici omnes appellabant, in hoc (ut teſtatur Ariſtoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduerſarios & pugnis ferire, & cõprimere, & continere, & deijcere ſtudebant: nam pugiles ſolis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, ſed pugnis minime percutiebant; pancratiaſtae tum utroque urebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pauſanias) aduerſarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis ſtrictis, hi digitis ſolummodo inflexis certabant. atque hoc ſignificare uoluit Galenus ubi ſcripſit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα B τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτεταχόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc eſt, ſin autem unuſquiſq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime ſimilis euadet, qui ipſam in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehenſandis aduerſarijs, cui maxime ſtudebãt pancratiaſtae, ut nomen quoque ſignificare uidetur, ualde accommodata erat; his de cauſſis exercitatio haec παμμάχιον uocata eſt quandoque, ſicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, ſub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus ſua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres ſolummodo poſt nubilem aetatem pan- C cratio exerceri conſulit. de Pancratij ſpecie quapiam loquebatur mea ſententia Galenus, quando in commentarijs ſuper libellum de ſalubri diaeta dixit, gymnaſtas fere quos impinguare uolebant conſtituiſſe, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut ſcilicet iungerentur, & toto corpore certarent, ſed nudi, ac ſine complexu. Hanc exercitationem ex his fuiſſe, quae in gymnaſijs peragebantur, perſpicue ſignificauit Propertius, ubi palaeſtrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro uulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in ſanitatis uſum ueniſſe, quoniam, ſi pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta conſtans ſanitati multum ex uſu eſſe potuiſſe credendum

Cap. 5.
lib. 5. elia.
1. de motu muſcul.

dendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquẽ praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usqueadeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarẽt, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mitylenaeus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erant lora quaedam punctis interstincta, quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie uocatis; nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnunquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit.

2 de tu. ua. cap. ulti.

D E F

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisq. exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Pol-

luce

A luce occiſum, ſcripſit Valerius Flaccus 4. Argon.

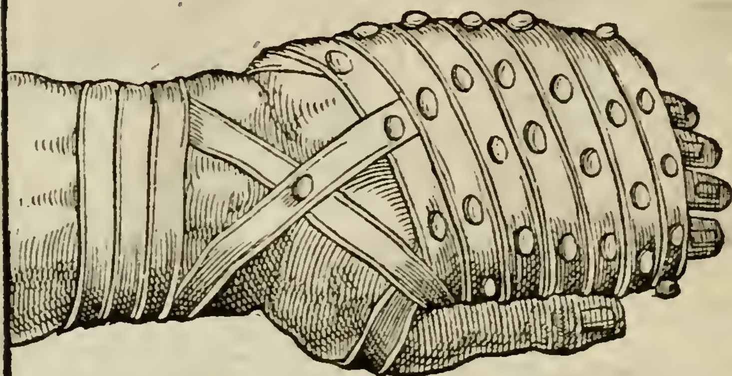
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amycum ſuſpexit arenis.

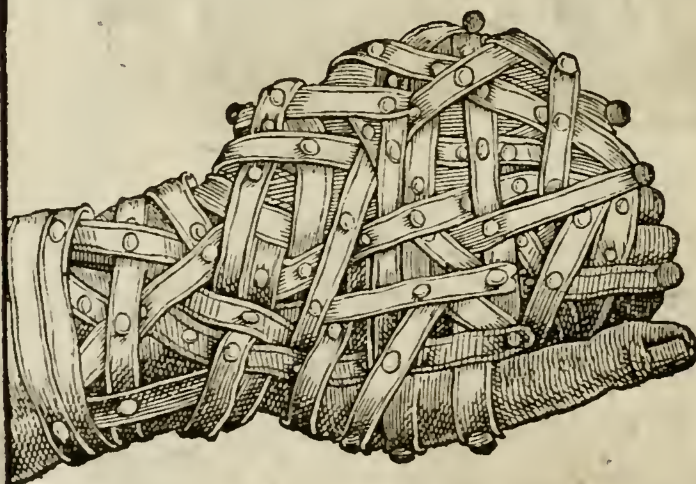
ſimiliter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, ac Ammonem ceſtibus ualuiſſe ſcripſerunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & ceſtus, unum Pancratium in medicina gymnaſtica frequentius, ceteros duos rarius uſurpatos eſſe iam liquet. Pugilum autem, qui ceſtibus certabant, nec non ceſtuum ipſorum uarias picturas hic damus, ut ipſas uel ex ſepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum ſculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritiſſimus. 5. Aneid. 5. metam.




PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS


CAESTVS



A *De Cursu.* *Cap. X.*



Nter cetera, quae ob uitae conseruationem animalibus a natura tributa fuerunt, currendi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendum esset, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia B a natura in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendam uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoq. C in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae, primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quem similiter legitur, Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi aĩal. gress. li. 15. de usu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe, quoddiceret, ingenuum nō D
8. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in ſtadio ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis ſententiam ſecutus Vegetius in commentario de militari exercitatione ſcriptum reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari diſciplinae incumbunt, aſſuefaciendos eſſe, ut maiore impetu in hoſtem currant: ut loca opportuna celeriter, cum uſu uenerit, occupent, uel aduerſarijs idem facere uolentibus praeoccupēt, ut ad explorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius terga comprehendant. Refert Salluſtius de Magni Pompeij exercitatione eum cum agilibus, ſaltu; cū uelocibus, curſu; cum ualidis, E
uecte certaſſe, neque aliter Sertorio aequandū umquam fuiſſe, niſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequentibus exercitijs ad bella praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bellica maximi momēti fuiſſe, & quemadmodum athleticū quattuor praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadium, de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaulum, & armatum; in quorum poſtremo bis
lib. 1. c. 9. Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias, unde σταδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμοι dicti ſunt, horum exercitatores. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. libro non oſcitanter uidit, intelligere facile poteſt, curſum inter exercitationes ſanitati ac bono corporum habitui conferentes non
lib. Epo. 8. xv. exiguam partem habuiſſe: quando etiam Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam cenſuit, primum locum curſui dedit. F
Huius tres tantum ſpecies effeciſſe Antyllum reperio, alteram in anteriora currendi, alteram in poſteriora, alterā
1. de tu ua. cap. 10. in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Graecis continuatum diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorum duplicis ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterum uero definiunt fere omnes fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant. Itaq. ſtadium erat curſus unius tātum ſtadij, dolichus duplex uno curſu ſtadium, diaulus duplex, & ipſe ſtadium, ſed reflexo curſu. ut fieri poſſe quendam peryſtilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum ſtadiorum menſuram uocatum tradit Vitruuius, huiuſcemodi curſui inſeruiſſe. Quapropter falſum illud eſſe deprehenditur,

A tur, quod apud Suidam legitur, ſtadiodromios longiorem tractum metiri curſu dolichodromis, cum huius contrarium manifeſto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημὶ πολυστιχίην ἐπίγραμματος οὐ κατὰ μοῦσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνόμενος πνεύματός ἐστι τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo ſignificatur, in re minori nõ eſſe quaerẽdã maiorem. Ad haec habuit curſus multas ſpecies a locorum uarietate deſumptas, quoniam ſi quando extra gymnaſia curſitabãt, prout neceſſitas, cõmoditasue poſtulabãt, aut per plana loca, aut per aſpera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes curſum agebant. Neque hic mirari debet quiſ-
B quam; quod ualetudini ſtudentes extra gymnaſia quoq. currerent; propterea quod loca ſimilia cum haud quaquã omnes formas exercitationibus quibuſuis aptas habere poſſent, cogebantur interdũ homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnaſia ꝓdire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exſtat Ariſtotelis ſententia, quod currẽtes nudi ueſtitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aſpiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & ſilentia tenent. 2. partic. prob. 30. & partic. 38. 3.

De Saltu. *Cap. XI.*



C VRSVI ſaltus, ἅλμα a Graecis gymnaſticis uocatus, nõ parum aſſimilatur, nempe qui, ſicut curſus eſt continuatus ſaltus, ita ipſe ſit intercisus curſus; hunc a ſaltatione,
C de qua ſuperius ſermonem habuimus, lõge differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicã exercitationem effatu dignum, aut non ſaltem neceſſarium, aut non admodum crebrum uſum exſtitiſſe, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullã prorſus de illo mentionem fecerit ſed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, ubi ſcribit iuuenes, qui militiae operã nauant, ad ſaltũ praecipue exercendos eſſe, quo uel foſſae tranſiliuntur, uel impediens aliqua altitudo ſuperatur, ut, cũ eiuſmodi difficultates euenerint, poſſint ſine labore tranſire. In athletica uero facultate ſaltũ locũ habuiſſe, praeter Pin- lib. 1. de re mili. c. 9.

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum D
primum hoc uersiculo fecerunt.

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος ἠ πάλη,

idest,

Saltus, tum discus, tum lucta, & iacula, cursus,

testat̃ abunde Aristoteles, q̃ in libro de cõmuni aĩaliũ gressu scriptũ reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehensis maiorem, & concitatiorem saltum edere, quam non comprehensis, quod item post ipsum Theophrastus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruisse, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarũ exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Oribasium diligẽtius omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiam habuit: quod exsilire, E & saltare inter se differunt, quoniam πηδᾶν, siue exsilire est motus quidam cursui similis, quãdo scilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, saltus siue ἅλμα est motus ferme continuus in sublime, uel tamquam medium, uel tamquam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus, ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Senecam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltum commẽdabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui saliaris, aut sulonius dicebatur. Exsilitione olim utebãtur Lacenae mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres F postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nũcupatum, auctor est Plinius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltãtes uacuis manibus seipsos in sublime agebant: de quo uerba faciẽs Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continentem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero, quando manibus pondus cula capiebant, ut illis firmati uehementius saltarent, quae pondus cula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἁλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus extitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet,

Lib. 2. Epist. 15

Lib. 34. cap. 8.

Lib. de cõi aĩal gressu

in libro περὶ κόπων.

A placet, qui in commentarijs in ſecundum Galeni de compoſit. medicament. ſec. loc. librum, huiuſce rei ignarus, damnādum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes ſaltu halteribus uſos eſſe; nam ut illi fortaſſe donem, quae ait de halterum, & halčterum diuerſitate; nihilominus Ariſtoteles v. problem. viij. & Theophraſtus libro de laſſit. aiunt, (quod ipſe negat) Quinquertiones, & alios melius ſaltare, ſi lapidē, uel halteres manu geſtent, quam ſi brachio inani iactentur. Vnde fortaſſe & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἁλτκήρες, & ἁλκτηρία, ſed ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando ſcilicet apud nullum alium auctorem hāc uocem ἁλκτῆρες uſurpatam inuenire mihi contigit. Quomodo uero ſaltatio iſta tam ab athletis, quam ab alijs peragеretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca conti-
B nuatis ſaltibus ſaltabant, atque tunc limitem, unde principium ſaltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & menſuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuiſſe uериſimile eſt, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum eſt adagium in eos, qui metam trāſiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum ſaltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum ſimpliciter adſcendere, quam deſcendere continuo laborioſius praedicauerint Ariſtoteles, & Theophraſtus. Neque ſolum manibus ponduſcula ſaltantes, ut melius exercerentur, habuiſſe inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum ſupra caput, nonnunquam ſupra humeros, aliquando in pedibus geſtabant: quemadmodum ui-
C dere eſt ex hac uetuſtae tabulae pictura, in qua ſaltantes appoſitiſſime repraeſentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.



An ea põdera dũtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciẽdã inseruirent, ita existimo, ijs, q gr̃a ualetudinis exercebant, hũc finẽ habuisse. At alijs ad gloriã quãdã inanẽ potius tẽdebãt, qđ. s. q maioribus põderibus onerati lõgius, & altius saltarẽt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarẽ-

A tur. Erãt quoque q supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarẽt; inter quos uictores ij cẽsebant, q ita sese dextere gerebant, ut prae lubricitate humi nõ caderẽt. atq. hi p uictoriae pmio utrẽ cũ uino serebãt: q uero terrã natibus pcutiebãt, nõ sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebãt. Id autẽ antiqtus obseruatũ in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabãt, pdit, in qbus utres caprinis pellibus cõflati saltibus calcabant in caprarũ cõtẽptũ, q adeo uitibus infestae credũtur. De hoc Aristophanes in Plato: ἀσκωλίαζ᾽ ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. i. hic sub dio supra utrẽ salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretẽ: καὶ πρὸς γε τούτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταρρέουσιν. i. Quare utrẽ in medio collocãtes supra ipsum saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.* 5. partic. Prob. Li. de lass.

B *Mollibus in pratis unctos saliere per utres*

Sed illud nõ ignorãdũ, qđ scriptũ est apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tã de his, q de uno subleuato pede, altero solo saltãtib⁹, dictũ eẽ apđ ueteres.

De Disco & halteribus. *Cap. XII.*



Isci iactũ inter exercitationes gymnasiorũ haudquaq infimũ locũ habuisse, nõ modo Gale. clarissimis uerbis affirmauit, Propert. pdixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtissima quadã historia apte insinuare uisus est, apud quẽ legit, qđ cũ Apaturius Alabãdeus Trallibus scenã excellẽtissime finxisset, adspectusq. eius pter asperitatẽ eblãdiret oĩum uisus, & iã id opus pbare fuissent parati, tũ Licinius Mathematicus pdijt, & ait Alabãdeos satis acutos ad oẽs res ciuiles haberi, sed pter nõ magnũ uitiũ indecentiae insipiẽtes eos esse iudicatos, qđ in gymnasio eorũ, q sunt statue oẽs, sunt caussas agẽ- 2. đ tu ua. Libro 3. lib. 7. c. 5.

C tes, in foro autẽ discos tenẽtes, aut currẽtes, seu pila ludẽtes: notauit. n. mathematicus quod, sicuti statuae caussas agẽtes fori sunt ppriae, ita di scũ tenẽtes gymnasij, & ob id indecẽtẽ inter locorũ pprietates statũ signorũ publicae ciuitati uitiũ existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiqs illis discus gymnasij exercitatio, quã an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerẽt, nõ admodũ mihi cõstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnope futuris optimis militibus cõmendat, disci quoq. iaculationẽ subintelligi uoluerit, quemadmodũ Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillẽ Agamẽnoni iratũ Myrmidonas suos a pugnãdo remouisse, atq. illos ipsos ne torqescerẽt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tãquã militibus aptis, exercuisse: quasi si nõ laedẽdis hostibus, saltẽ uariae agilitati ipsorũ cõparãdae hmõi exercitatio accõmodata eẽt. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nõ ĩ publicis certaminib⁹ cõtẽdisse, manifestũ facere põt cõis auctorũ sñia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore adnumerant, & praeter hos pictura, quam hic damus.



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A scum fuisse instrumentum quoddam rotũdum, quod aliquando adeo graue erat, ut uix ab uno hoīe eleuari posset: ueluti a D. Hieronymo de se ipso scriptum est. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharsim, nunquid in gymnasio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui scuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidisset, qui grauis, & comprehensu dificilis erat, cum manu sursum extortum in aerem aliquos iaculari consueuisse, subiungit: Aliquando etiam inuenio, instrumentum illud figuram solis corpori similem habuisse, quod ab Alexandro in ij. problem. (siue is Aphrodisiensis, siue Trallianus, quod magis suspicor, exstiterit) solis corpus δίσκος uocetur. Vocatus similiter fuit discus quadra rotunda, qua epulae in mensas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati sunt, qui quadris ferendis destinãtur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatum esse. Postremo discum instrumenti, de quo nos loquimur, genus designasse reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita ꝓditum inuenio. Interpres Homeri Eustachius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, idest, *ludebant discis,*

inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde secundum huius sententiã patere potest, discum fuisse lapidem grauem, quem exercentes se proijciebant, &, cum ferreus erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est Martialis his uersibus.

Splendida cum uolitant Spartani pondera disci,
Este procul pueri, sit semel ille nocens.

Alij, quibus ego assentior, crediderũt discum fuisse laminã quãdã triũ

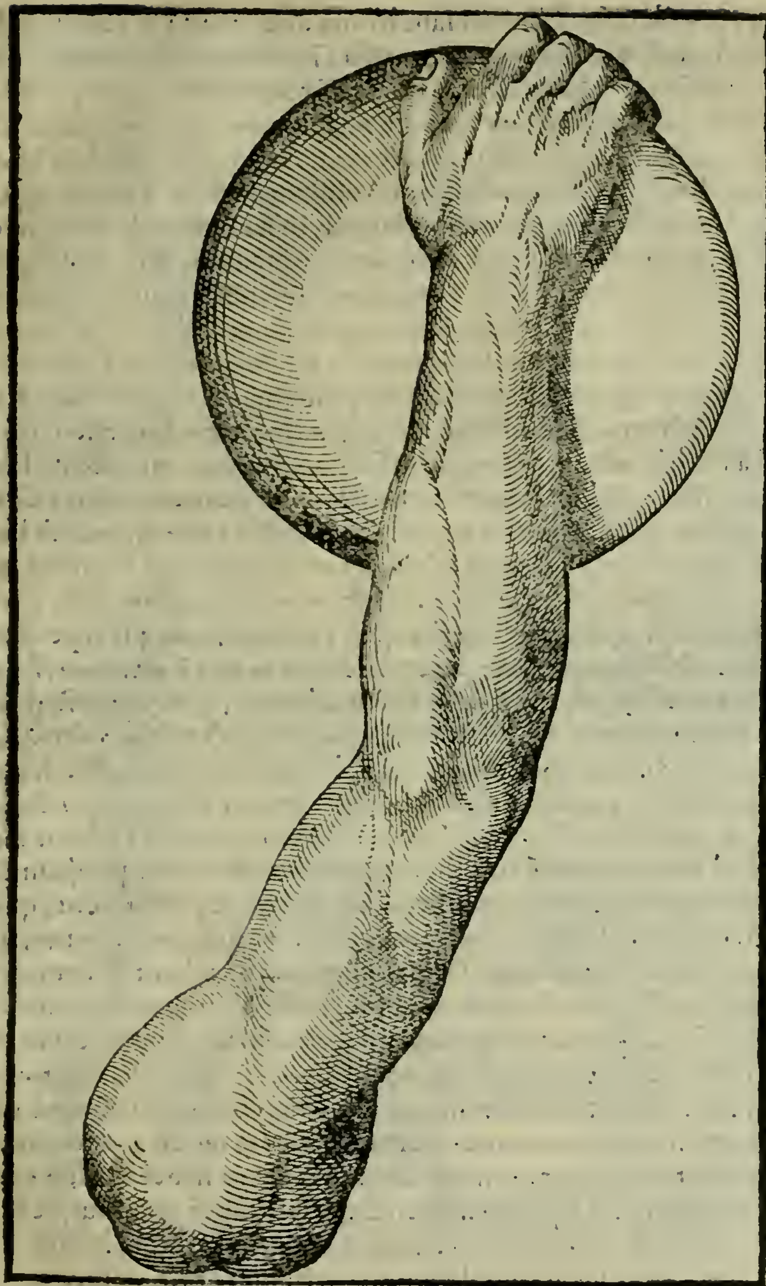
C uel quatuor digitorũ crassitudine, lõgiorẽ paullo plus pede, alias lapideã, alias ferreã, (aeneã quoque ex sepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissimus Ligorius) cuiusmodi maiorẽ partẽ, ne, dũ ex alto rueret frãgerentur, fuisse puto, planã quasi lẽtis speciẽ referentẽ, quã in aerẽ ꝓijciebãt, sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidem in mittendis iaculis brachia pãdebãt, mox prorsum impellebãt contra in disco manu ad pectus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illũ in aerẽ eiaculabãtur, ut ꝓbelle explicauit Propertius hoc uersiculo,

Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similẽ habuerit, praeter Dioscoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expressa hic comprobat Discoboli marmorea statua, quae hodie Romae in aedibus Ioãnis Baptistae Victorij seruatur, in cuius manu discum figura a nobis expressa positum uidere licet.



qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiū Lapideum hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatū, ex quibus ſimiliter diſcū eiaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſſimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamentū, q̃ brachij figurā ad nos miſit.



Harum ſtatuarum ſimiles alias duas diſcobolorum fuiſſe uериſimile eſt, quarum unam ex aere Myronem praeclariſſimum ſtatuarium finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliā Tauriſcum pictorem illuſtrem excel-
lenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formā disci una cū praedictis testimonijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nūquā certe affirmare ausus esset, discum pilā rotundā in medio perforatam fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculatā praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̄ in Marci Aurelij Imp. nummis quibusdam Apolloniae Illyrij excussis, quorum exemplar supra positū est, huiusmodi Discobolorū lusus repraesentatur, in quo discum quadram quandā orbiculatā, & in medio perforatam fuisse apparet. Vt hinc conijciam, non unā discorum formam exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uterētur. illud attamē praetereundū non est, in disco iaculando artem quādā, ut Pindari interpres ostendit, necessariam exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebantur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actum fuit, quem disco Hyacinthum interfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatū, qđ in palaestra actitari solitū scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cōprehēdere cōsueuisse, demonstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiū ita scripta reperiūtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ᾽ ἔστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ σύννευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρὰ καμπτόντων τῶν γυμναζομένων. idest, in capite de Halteris iaculatione. Differentia autē est halterum ipsorum. aut enim proijciuntur manibus extensis, & uicissim inflexis, aut in manuū protensione, quae quiescunt, & ut plurimū breui motu mouētur, solū continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui se exercebant, secūdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebāt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiuscemodi ex eadem materia, atque eadē forma, qua saltatorum pōdera esse possent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiā uarijs modis emitterentur, perinde ac temporibus nostris apud multos in usu habet, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plūbeū manibus, ac brachijs extensis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Arataeus, auctor nō minus ꝓbatus, quā antiquus; ubi in dolore capitis τῶν ἁλτύρων βολὴν commendauit. Et ut possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarū imagines, quas ex gemmis antiqꝫ sculptis acceptas ad nos misit Phrryus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquã- D
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἅλτηρος ἀλήτηρα non pa
rum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a no
bis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehen
di solita significat, ἄλτηρα uero genus fuisse orchesticae, siue salta
tionis apud Sycionios usitatum refert Athenaeus. quo nomine Itha
censes quoque unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna at
que aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uer
sibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum
atq. erroneum significat. Quales porro fuerint huiusmodi halte-
res, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in. v. Elia
corum scripsit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέσχοντο σχῆ
μα τοιόνδε κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφε- E
ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέ-
ναι, καθάπερ διὰ ὀχάνων ἀσπίδος. id est, Hi autem halteres circuli ob
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuer
Li. 4. chro. cap. 2. sius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos anti
quos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum so-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, de- F
inde interproijciẽdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut
quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλ-
λομένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus
a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent: nam &
ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus
emissi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissen-
taneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funicu-

lum

A lum quendam fuiſſe, qui duobus capitibus manu capiebatur, alterò cum anſula ne exiret, altero ſine ut dimitti poſſet, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimiſſo uehementer ptoijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de cauſſis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum aſperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proiicerentur. unde Dauidem ad proſternendum Goliatem funda uti uoluiſſe exiſtimo, quoniam aduerſus robuſtiſsimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus eſſe cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium inſularum populos uſq. adeo celebra- lib.7.c.56.

B batur, ut matres filios ſuos alijs auibus ueſci non paterentur, niſi quas funda ſibiipſis comparaſſent.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uerſu appellauit.

Stuppea torquentur balearis uerbera fundae. 1. Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib. ij. Metamorph.

Non ſecus exarſit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: uolat illud, & incandeſcit eundo.

Quod uero bellica gymnaſtica huiuſmodi exercitationem in uſu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unuſquiſque cognoſcere poteſt.

C

De Iaculatione. *Cap. XIII.*



VAMVIS τῆς πάσις ῥίψεως ſiue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem ſiue lapidis, ſiue iaculi, ſiue alicuius alterius proiectionem noſſe ualcamus, nihilominus duas praecipuas illius ſpecies effeciſſe 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aeſculapium praeſides exſtitiſſe tradit Galenus; nos primam ſagittationem, ſecundam iaculationem cunctos fere Latinos ſecuti nuncupabimus. ſagittationem tribus praecipuis modis fieri ſolitam inuenio, tum ſolis amentis, de quibus Silius lib. 14. 7. de leg.

haſta iuuatur amento:

tum arcubus, tum baliſtis, quibus ſagittas ſubtiles, exſilesq. infigen-

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur: atque hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur; unde uenenum quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Ægineta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumq. graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mouebant, ἀκοντίζοντες autem siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum temporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis non paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, neq. telum contorquere potuisse memoriae mandauit. Habebant uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. quod explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere, aquis, & locis.

Saepè disco,
Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Lib. I. car. ode. 8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus antiquos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad institutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod. n. medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atque Æsculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

li. de re mili. li. 10. c. 15.

Gal. in sua ad. bo. ar.

Loco citato.

iacu-

A iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittãdi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyiasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atq. etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, &
B Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasq. plumbatas fuisse existimo: quamplurimorum, & praesertim
C Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius; alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

lib. 1.

Plinius lib. 7. c. 56

Explicit Liber Secundus.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER.TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.



VLTAS exercitationum species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quam illae; quarum maior pars tametsi haudquaquam in gymnasijs praecipue perageretur, neq. item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palaestricam uisi sumus superiori libro uniuersam gymnasticam distribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si non proprie, saltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam considerare statuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter institutum nostrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atque adhuc in sequentibus idem facturi simus: propterea quod primum atque praecipuum consilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de caussis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae confuse de singulis simul, uel indistincte saltem ab auctoribus tã Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neque ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum quia eaedem exercitationes ab athletis, a militiae studiosis, & denique a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonem habuissemus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset,

E

F

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeq. uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendum subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab B omnibus recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit, ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. II.*

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodam artificio, singulariq., & pro- C pe diuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq: obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto exsistit deambulatio, quam non

3 de usu partium

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt; D uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq; magis studuisse uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulactis fabricandis inuigilandum censuerit unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoq. solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

lib. 5 c 9

5. de tu. ua. cap. 11

E

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro. 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neq. Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & F quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulātium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri exstruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudos relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumēto quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

l. 12. c. 2.

cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis,& a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare possint. Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum B temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus,& locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu C lasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse,& non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere adiumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitio ambulare celeriter,& aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci

li. Epist. 2. & 5.

In Oecon.

lib. 1. de re mil. cap. 9. & penult.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine desumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definierit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasijs, modo extra urbem; quemadmodum Phaedrus, & Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo arenosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male comendabant; modo aequalibus, modo inaequalibus, modo longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambulationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus adhibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquã enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietẽ tãquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas & remisiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomitiones, atque uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus, potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, apotherapia interdum utebãtur, quod Galenus summopere laudandum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad exercitandam sitim ambulatione usos esse, nam in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capacior ad cenam ueniret guttur.

3 de usu partium.

In Oecon.

Coeli Au. li. Chron. 2. cap. 3.

lib. de causis procat.

3. de tu. ua. cap. 2.

An Erectum stare sit exercitatio. *Cap. III.*



QVI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulant, saltem aliquo pacto moueri, proptereaq. statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo

modo

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exsistere, cui motui statum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motũ ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, In Soph.

B in motu esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur; quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto caussam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atq. naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationem sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem fermè euenit in hominibus erectis stantibus,

C quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob cõtinuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contra- lib de tre. & rig.

rium

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles. 5. Physi- D
corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrariari demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur, erectos stantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nõ ob id status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationẽ mereatur, quinimmo sicuti quãplures motus, qui sanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cõmuniter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando detinetur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiuscemodi statũ receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores erecti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret, ut horum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq. sibi ferebat, quibus ad commodẽ, & citra molestiam spectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Scipione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mille passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo

dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus usque in ungues,
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quum potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
B putãtur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Æsculapiũ salutat? cum detecto capite semper ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demõstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquã uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpori animа obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-

tionis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accommodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum, a cena ambulandum sit, comprobare ui detur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo, differre, quisne erectus sub sole stet, (ἐκθερείσ αι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole pei stant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illi qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur: ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari creditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consueuisse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non extiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ualetudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur. E F

5. Partic. Prob. 34.

Epist. lib. 3. & 6.

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*



QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas incundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publicis

A cis certaminibus ſpectaculisq. coronas uictoriae conſequerentur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atque ſanitatem ipſam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero efficeretur, quoniam ſatis quiſq. ex ſe conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud ſolum praetermittere nolo, apud Oribaſium duplicem pugnam in medicinae gymnaſtica exſtitiſſe: alteram cum telis ſemper, alteram plerumque ſine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci, umbratilem pugnam uocarunt noſtri. telorũ pugna efficiebatur, quando ſinguli inter ſe armis rudibus, uel incindentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomen antiquitus utraq. ſortita fuit, & a Coelio Aureliano hoplomachia hoc eſt armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At ſciamachiam fuiſſe, quando homo ad B uerſus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, praeter Platonẽ, qui & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus ſine aduerſario dixit, auctor eſt Oribaſius, qui ex Antylli ſententia tradit, ita certantes conſueſſe non ſolum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, uerum etiam aduerſus columnam, & aduerſus palum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non aliquando ſummis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam ſalientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potiſſimum ueteres facere conſueuiſſe opinor, quando antimachus ſiue aduerſarius deerat, ſiue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non poſſet minimum quid damni pati, quod accidere ſolet illis, qui armis quibusuis aduerſum alterum contendere ſolent. Primum enim illud innuiſſe uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, C τῶντε ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἄραγε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc eſt, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nũquid nos ob eorum, qui nobiſcum exerceantur, inopiam, aduerſus noſmetipſos uere umbratili pugna certare audebimus. & poſt ipſum Plutarchus in. 7. Prob. conuiuialium: ἀλλ' ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἷουσπερ ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα: ideſt, Sed uideo, ait, uos iam umbratili pugna aduerſus idola certare paratos. Neque uero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnaſſe (quaſi id ridiculum ſit) affirmarim; quoniam etiam hiſce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex ſeipſis, ut exerceantur, aduerſus aerem pugnis, brachijs, armiſq. certant, uel quando aduerſarius abeſt, uel quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apoſtolus loquẽs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, ideſt, Ita pugnis certo, quaſi aerem

s. chro. pa. cap. ulti.

Sat. 6.

7. de leg.

Prob. 10.

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaque fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationum loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc non receperit. quod enim athletica uetustissimis usque temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. scriptum reliquit, antiquitus monomachiam scilicet, aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabantur, usq. ad mortem deuictorum cadentiumq. iugulationem procedere consueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tempore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorum spectacula non modo in festis, atque amphitheatris, uerum etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinem mutuatos adhibuisse; quamuis Romani non monomachos, sed gladiatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnantes Smaragdo Neronem spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis absurdis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci posint, nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandum plane habebant, quod certantes quam grauius poterant, sese ferire studebant, & non solum (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messallinae aetate medicinam Romae exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur, sed etiam non raro usq. ad alterius, uel etiam amborum pugnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum, praeter Athenaeum, atq. Plutarchum, Galenus quoque testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis pontifice in eorum medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnandum pugnae hãc propositam sortem fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occumbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius, 2. Tusculanarum quaestionum memoriae mandauit, athletas etiã uulne-

Marginalia: 2. Prob. (beside "gnandi armis incidentibus…"); D, E, F (section letters in right margin); lib 15. ca. 18. & li. 37 cap. 5. (beside "mutuatos adhibuisse…"); 3 de comp. me. p gen. (beside "praeter Athenaeum…"); lib. 7. c 3. (beside "tis pontifice…")

A uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactum ijs esset, se uelle decumbere. nam usque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis species, qua monomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguine ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatum est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinem crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorum moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, quid acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit; aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, C proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tamq. diris esse se non putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationem hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue consulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atque maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod

Marginal notes: lib. 17. c. 7. — Primo de alim. fac. — lib. 28. c. 1. & li. 36. c. ulti. — li. 2. epist. — lib. 35. c. 7.

uenales

uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte cum Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cum Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortunae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atque caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue qualeis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impenderent, quo illi uolucres usque ad extremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoque fecit Æschines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam pugnandi speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandam esse. quos sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nominibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ' εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: idest, Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna certan-

3. de frac.
lib. hist. 1.

Spartian' i Pupieno, & Albino.

In Anach.

5. Eliacor.

cap. περὶ δυνάμεως.

A certantes, aduerſarios ipſos uiciſſe putant. Habuit & Athletarum gymnaſtica pugnae aduerſus palum exercitationem: cum Vegetius ſcribat, palorum uſum non tantum militibus, ſed etiam gladiatoribus plurimum profuiſſe, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declaraſſe, niſi qui diligenter ad palum fuiſſent exercitati. Ad haec bellicam gymnaſticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruiſſe, abunde demonſtratum eſt & a Platone, & ab Ariſtotele, qui in libris Politicorum ſemina quaedam huiuſce exercitationis monſtrauit, ac fortaſſe in illis perfecit, quos ab eo ſcriptos a nobis deſiderari omnes docti ſciunt. quamuis credibile eſt, dum ad perdiſcendum exercerentur, rudia tela plerumque in uſum ueniſſe: quod enim huiuſcemodi concertationes maximam ad belli peri- B tiam utilitem praeſtarent, nemo qui hiſce temporibus eorum profeſſores ſpectauerit, negaret, quando ſimiliter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offenſione ſimul & defenſione praepoſuerit, in ipſisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuiſſe, quam Hermippus Mantinaeos inueniſſe, & Cyreneos aemulatos eſſe ſcribit, ego ferme credo: ſicuti ſimiliter exiſtimo, quam ſcrimiam uulgus dicit, eam ipſam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falſo autumarunt, eſſe, de qua locutus Plato mea ſententia uidetur, quando in Lachete ſcripſit, iuuenibus cōducere, ut armis pugnare diſcant, quoniam ſic habitus corporis robuſtus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec eſt, aut minus C laborioſa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores ſe uſque ad necem feriebant, ſed rudibus telis quaſi ſeſe petere inuicem ſimulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auerſiones ediſcebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas poſt cenam factitaſſe, Poſsidonius auctor eſt. Iam uero omnium frequentiſsime pugnam aduerſus palum exercebant, qui militarem diſciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam ſcribit Vegetius, quod a ſingulis tyronibus ſinguli pali defigebantur in terram, ita ut micare non poſſent, & ſex pedibus eminerent: contra illum palum ueluti contra aduerſarium ſcuto, & claua tamquam gladio ſe quiſque exercebat, nunc quaſi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, inſultaret, inſili-

lib. 1. de re milit.

7. de legib.

Athenæus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quaſi praeſentem aduerſarium, ſic palum omni impetu, D omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnaſtica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoſcet ille, 6. collect. qui Antylli orationem apud Oribaſium penſitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in uſu habuiſſe, ſed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, ſcribit, additque Romanos primos eam, quae pro ſanitate exerceretur, inueniſſe, quos idoneis quibusuis locis, rudibusq. telis primo eam exercuiſſe, & deinde in gymnaſia inuexiſſe uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnaſtae munera etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui conducentem recenſeat. Nam gymnaſticos tam armorum, 2. de tu. ua. c. 11. & 12. quam umbrae pugnam propoſita ſanitate uſurpaſſe, ſatis clare monſtrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura ſciomachiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam E multorum membrorum optimo ſtatui conſerre tradidit. quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuiſſe, praeter nominis ipſius rationem, non modo Galenus teſtatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante Lib. 8. demonſtrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, ſiue potius aduerſarium grauiter & praeſertim in oculis ferientem, hiſce uerſibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Feciſti medicus, quod facis hoplomachus.

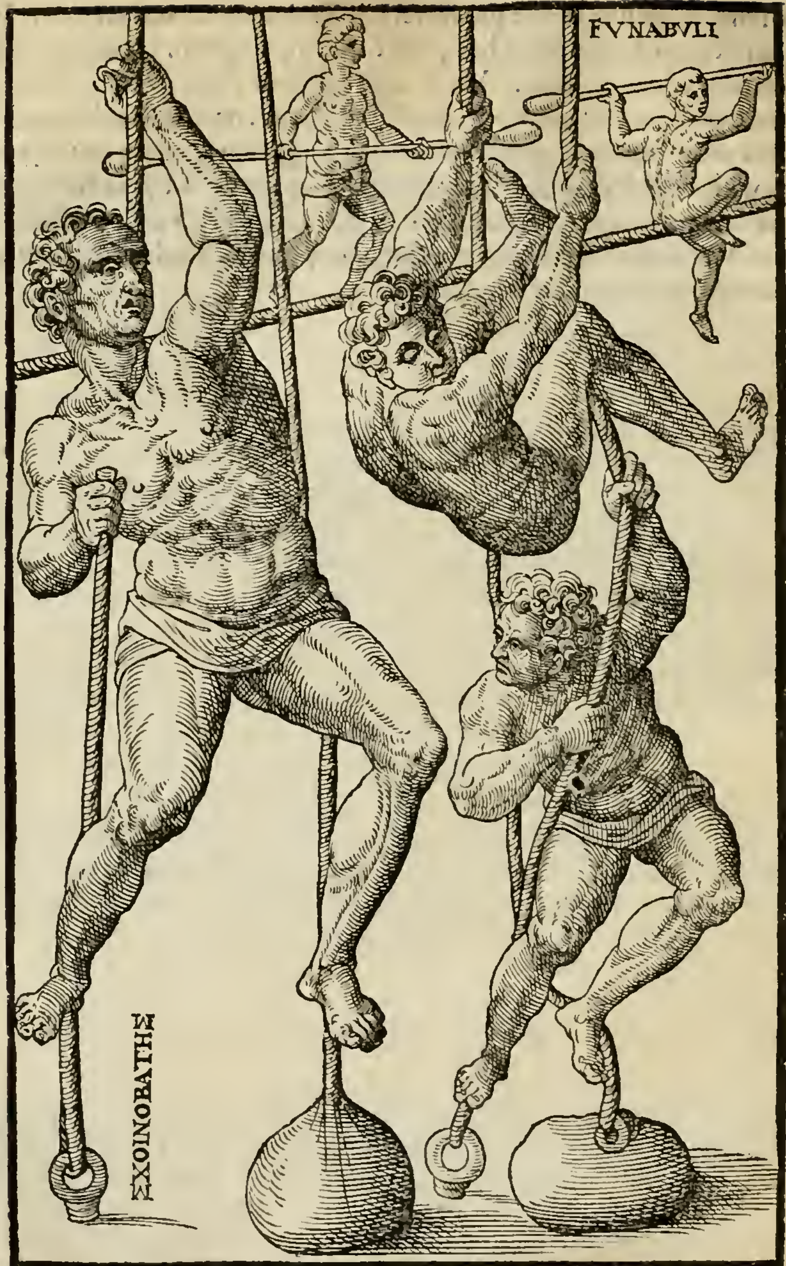
Quamobrem ex his omnibus perſpicuum cuiuis eſſe poteſt, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnaſticae ſpecie locum habuiſſe. Iam ad alias, quae reſtant, enarrandae, F antiquorum exercitationes, tranſeamus.

De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus. *Cap. V.*



RAETER exercitationes, quas iam perſpicue quantum in tanta licuit rei obſcuritate, explicauimus, multae aliae exſtitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occaſiones poſtulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnaſijs effici conſueuiſſe, Galenus ſentire uidetur. Eae uero ſunt τὸ διὰ χοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare.

A lissare. Quomodo sese per funes adscendendo exercerent, sine labore cognosci potest ex hac, quae in sculptis gemmis ueterum spectatur, descriptione. Vnde iure similem exercitationem inter uehementes Galenum reposuisse colligitur. nam funambulos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuisse, non modo ex praedicto icone recognoscitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletissimo hoc testimonio confirmatur: Ita populus studio stupidus in funambulo animum occuparat.


FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant; si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitteret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis excitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Ægineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum uarijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum uterque uerbis plane ijsdem scripsit, ecplethrisare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque uicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de-

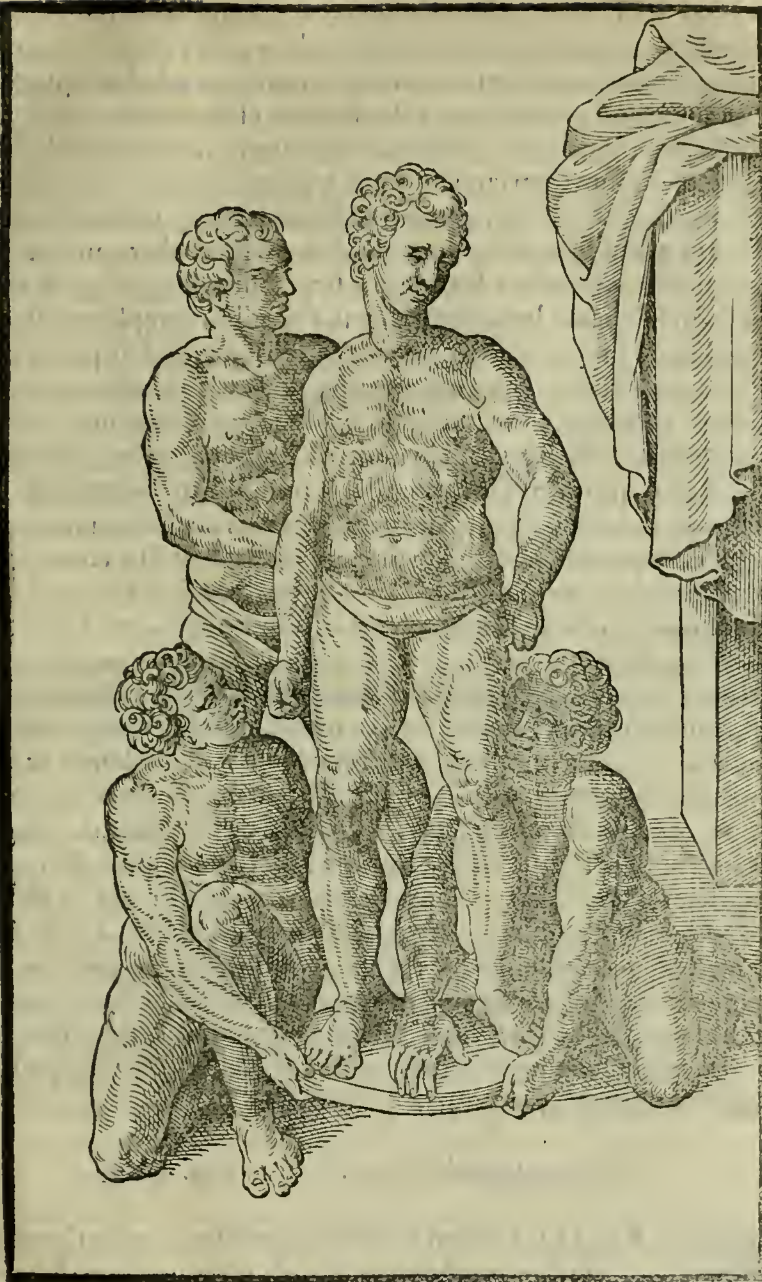
[Margin notes: 6. Eliac. — 2 de tu ua. cap. — lib. 2. — lib 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. — In Misc. — In uita Lycurgi.]

[Section letters in margin: A, B, C]

ſatigari. de hoc item locutum eſſe Iuuenalem arbitratus Scali- D
ger legebat.

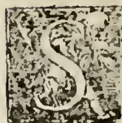
Sat 11. *Qui Lacedaemonium pitylisſmate lubricat orbem.*

Sed nos aliter ſuperius legendum demonſtrauimus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti ſi cuipiam alter 2 de tu. ua iuſsiſſet, ut ſe uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipſe non manibus modo, uerumetiam cruribus, ſpinaque conſtans, & non flexus reſiſtebat: quo genere Milonem ipſum exercuiſſe ſe ferunt, dum alias conuellere ſe, mouereq. e diſco inuncto, ſuper quem erectus manebat, ut ex praeſente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur, quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipse medio comprehensus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem complectebatur absoluere sese iubebat, aut ipse se a complectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus ilia manibus complexus, seu onus aliquod sublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuq. corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quam exercitationes per se separatae erãt. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: *κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία.* id est, Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmet ipsos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea ludunt, quando ab utrisq. capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando describens ludum distractorum haec uerba habet: *ἡ δὲ διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἕως ἂν καθ' ἕνα μεταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες.* hoc est. Dielcystinda autem, plerumq. in palaestris luditur, uerumtamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siq. ad illam partem transmigrauerint, penes illam uictoria est.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



SPIRITUS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praesertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale. lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos non infi-

A infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut exspiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusq. generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraq. spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicem

B spirationis cohibitionem in usu habebant, alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoq. musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undiq. compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusq. fuerit, etiā penitus

C pertransire, extenuati iam excremēti secum nonnihil arripit; quin immo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionē, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, dein-

Prob. sect. 33. 3 de Symp. cau.

deinceps uehementius & diutius ſpirationem inflatis buccis conti D neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. ſecundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκ προσαγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluiſſe reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forſan non uterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, ſiue ſpectatorum oblectationem aſſequendam ipſis deſeruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes ſpiritus quoq. retentione duabus de cauſſis uſos credo, tum ut a laſſitudine recrearentur, perſpirabilemq. ſimul & purum ad ſubſequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus ſignificaſſe uidetur; tum (quod rationi magis conſentit) ut maius robur in impulſionibus, compreſſionibus, ſaltibus, atq. ſimilibus ex ſpiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodā modo uires effici, ſi ſpiritus detineatur, quotidie declarant onera geſtantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius ſuſtinere queant, ſpirationem cohibere cernimus, quaſi ex tali retentione ſpiritus intus aucti, & robur creſcere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, ſicuti dicebat Ariſtoteles, retentus ſpiritus uenas implet, itaque humores exire, difflariue non patitur: unde poſtea retentis illis neque laborātes ſudoribus diffluunt, delaſſanturue, neque uis, quam in humoribus, ſpiritibus, & membris ſolidis conſiſtere medici omnes fatentur, ulla ex parte flaceſſere, aut diminui ſolet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis ſanitatis, conſueuiſſe aliptas, dum athletas fricabant, ipſis iubere, ut ſpiritum interciperent, ſicq. fricationibus contra niterentur, quaſi ita partes corporis inunctas, & contrectatas diſtenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηροῦντας, τείνοντας, legendum eſſe, omnis ratio perſuadet: etſi bonus Eraſmus diligens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarū efficitur, athleticam gymnaſticam non parum ex ſpiritus retentione adiumenti capere conſueuiſſe, quemadmodū medicinae gymnaſticos eandē quamplurimum aeſtimaſſe (ni fallor) abunde probatum eſt. Immo uero etiam athletas oſtētationis, & ſpectatorum uoluptatis gratia in ſpiritus retentione ſe quandoque exercuiſſe, inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praeſertim fronte ac etiā coſtis & pectore robuſtis uittis ligato tamdiu ſpiritum retinuiſſe legimus, quouſq. prae impetu intumeſcentes uenae ligamina illa diſcinderent. id quod ſatis confirmare poſſunt imagines, quas Ligori[i] inter aenea illuſtriſsimi Ferrariae Principis ſummi bonorum pa[tr]oni ſigna ſe inueniſſe, atq. ab eis haſce

E (margin letter beside "dā modo uires effici")

F (margin letter beside "ſtenderent")

5. ſtu. ua. cap. 2. (margin note beside "ſitudine recrearentur")

2. partic. prob. 1. (margin note beside "faciant, & impetus")



propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. uidere D
licet fascias pectori, & costis ut meminit Galenus circumuolutas, tum uentres atque scrotam (sicut fit in ualidis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint raso capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atq. cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Vociferatione, & risu. *Cap. VII.*

E



NTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles, & Galenus praeclarisimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquã de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de uociferatione scriptis tradiderit, quasique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatam fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conserendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus F

lib. 1. ser. 3. cap 5.
lib. 1. fen. 3. doc. 2 c. 2.
3. de bello ciuili

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerunt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae conferre. Duo solum hominum genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiu recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamentorum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos scilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam personatos repraesentātes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drāmatibus, rhapsodijs, alijsue C imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit Comoedijs omnibus una satis. & alibi:

Dum

[Marginalia: 11. & 19. partic. — lib. 5. chro. cap. ult. — In Ione — 19. partic. prob. — lib. 7. c. 25. — Lib. 7.]

[Margin letters: A, B, C]

Dum ludit media populo spectante palaestra, D

Heu cecidit misero fibula, uerpus erat.

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat. 6 *Soluitur his magno Comoedi fibula.*

&

Si gaudet cantu nullius fibula durat

Vocem uendentis praetoribus

Satis itaque constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum temporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artem phonasciam a Theophrasto fuisse appellatam. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundum Pausaniã lib. 1. Atti. imagine theatri constructum habuisse, in quem deferebantur poemata, priusquam in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ᾠδεῖον a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatum, E in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, musicum certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atque psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorum exedris, in quibus philosophos, & rectores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq. exercuisse suspicor, cum ad formandas excolendasq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus. Porro finis, cuiusgratia huiuscemodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multi- F In prot. plex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere pos- In lib. de tuen. san. sumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in So- In xix. par phistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyram tic. prob. bis τοὺς ἀντιστρόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Corneliũ Celsum inter exercitationes imbecilli Lib. 1. c. 8. stomacho conferentes claram lectionem commendasse, similiter lib. 1. cato. & Coelium Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in do- ca. 1. & lib. 2 cap. 6. lore capitis uocis exercitium anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idẽ adhibito praeceptore administrandum consuluisse, ad credendũ

addducor,

A adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipsa maius incrementum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinem, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, ut pote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illũ, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum B & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabãtur, uocẽ quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eã redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiuscemodi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc pertinet

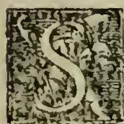
[Marginal notes: In lib. de u. ual. (beside "rum morborum curationem"); 4. Meth. lib. 29. c. 1. (beside "aetate Neronis" / "& a se ipso"); In lib. de tu. ual. (beside "ut admonuit Plutarchus")]

pertinet & illud, quod a Plinio lib. XXXIV. cap. XVIII. relatum est, D Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam diximus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuersam & paene contrariā gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorū solatio atque iucunditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, E qui nō sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica locū obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui secun-
19. partic. Prob. 38. dum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent, & seruant. ut hac de caussa nemo infitiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam
lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13 reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul F tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multa-
7. Polit. cap. ult. rum exercitationum instar exinanire possunt. Et iccirco Aristoteles iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
" παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
" τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
" γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
" ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id est: Puerorum uero distensiones atque ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, cōferunt enim ad incrementū, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanq. cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum distensis.

A ſtenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mãdauit, quaſi illud ad augendas actionum uires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, ut eſt apud Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis uiſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus B concuti? innumeriſq. fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non parum iuuerunt: ut falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

1. Tuſc. qu.
2. de part. animaliũ. & 35. parti. prob. 6.
In lib. de nat. hom.
In Paed. Cyri.

De Cricilaſia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



SI ea omnia, quae antiquis temporibus uſitata, ac, ut ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interijſſent, mul C tos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac antiquatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra ullam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateq. obſoluerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, ut indies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemq. neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

1. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur; quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam *κρικιλασίας*, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6 ad Iulianum leguntur. D

cap. 16. Ἐλάσσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώ- E
» που, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μασῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ
» μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύ-
» λινον ἔχων τὴν λαβήν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ
» τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττούς, τὸ δὲ οὐχ' οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψό-
» φος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ,
» idest, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas pertingat, neque secundum longitudinem, sed in transuersum impellatur, sit autem impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarunt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationē, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse. sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formā & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum. F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerum tamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur, ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius,
» cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuue-

A Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem

& Martialis libro. 11.

Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur assere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumen-
B tum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Ægyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atq. Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.


OSCELLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oſcellis diuerſus ſit quod ad modum, nihilominus reipſa nequaquam diſtare facile perſpicitur; quod in aere uideatur non ſecus luſores quaſſari ſolitos fuiſſe, atq. nunc agunt, qui ſimiliter exercentur. Neque forſan prorſus abſonum eſt raptorium illum machinamentum a Coelio Aureliano macron ſparton uocatum uel ipſummet petaurum, uel ſaltem non ei diſſimile fuiſſe. Iam uero ſi quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilaſiae aequiparari queat, id profecto eſt trochus, quem Martialis ita pluribus in locis deſcripſit. 5. chron. cap. ult.

Inducenda rota eſt, das nobis utile munus, lib. 14.
Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe uagatur. ibidem.
Cedat ut argutis obuia turba trochis. & lib. 11.
B *Lydia tam laxa eſt, equitis quam culus aheni,*
Quam celer arguto qui ſonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui ſono ſpectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulſor cum anſa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & uerſi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſſime depinxit, niſi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpoſitos tradit, praeterea Cricilaſiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuiſſe ſignificauit. Quibus duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam uenio, quod Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſa a trocho Latinorum exſtiterit; propter hoc tamẽ quid trochus foret, minime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus C turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci *βέμβικα* nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. - ideſt:
At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quiſq. ſuum in triuio.

Et quem appoſitiſſime deſcripſit Virgilius his uerſibus 7. Æneid.

Ceu quondam torto uolitans ſub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro uacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur ſpatijs, ſtupet inſcia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D

minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura, E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumento expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, disciue, trochiue quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat:

pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formã habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exer-
B citatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur. quas condiciones apprime nostro pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent. loc. citatis.

De Equitatione. Cap. IX.



HACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mo-
C uebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur. quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontẽ Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus

3. de tu. ua. — lib. 7. c. 56. — lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant insecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quincta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent; si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut stu- F diosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisq. coniectura assequi potest.

1. Rheto. | 7. Metho. | lib. II.

Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis
Peruenit, & uictor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni,
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fauisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum uiridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.

Has uero in fauendis diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quarumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis uestitur, Gallia rufis, lib. 14.
Et placet hic pueris, militibusq. color.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba. 1. de arte amandi.

Cuius equi uenient, facito studiose requiras,
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticã uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui- 8. de leg.
C denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponens sic loquitur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. idest Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuẽdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόντως In Oecon.

τως γὲ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμέ- D
νως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc eſt. Per Iunonem o Iſchomache ſic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim ſanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Iſchomachi, & Socratis ſermonibus clariſſimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus uſos. Quod uero medicorum gymnaſtae equitationes ad ſanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent; praeter Socratis modo citatam
2. d tu. ua. cap. 11. orationem, unum Galeni teſtimonium ſufficere deberet: qui inter E
reliquas gymnaſticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit: ni
Loc. citat. ſi quoq. Antylli, Aetij, & poſtremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes repoſuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curaſſe memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo perſuaſi credere debeamus equitationem tamquam utiliſſimam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe: quamuis & apud ipſos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurrentibus: quorũ omniũ diuerſas operationes ſuo loco explanabimus.

F

De Curruli uectatione. Cap. X.



DIXIMVS duo eſſe exercitationum genera, alterum in quo homines a ſe ipſis ſolum mouentur alterum ab alijs, ſiue, ut Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſuapte natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes mouentur. De primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſtatio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis *αἰώρα*
2. d tu. ua. cap. 11. uocatur, in ſequentibus uerba facere polliciti ſumus. atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonem explicamus. ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus uectatio, quam antiquiſſimam fuiſſe, nemo infitiatur. ſi quidem,

ut

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atq. ulmum. vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atq. uehicula auro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsq. ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutarchus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes ueherentur, M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, necnon bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

[Marginal notes: li.16 c.42. & 53. — lib.7 c.56. — lib. de aere aquis & locis. — li.34. c.17. — B — Lampridi' in uita Heliogab. — C — lib.27.c.7.]

tur, pro praemio uictorem abſinthium bibere conſueuiſſe, quaſi D ſanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae diſciplinae adipiſcendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Exiſtimo tamen, quod, cum ab Homeri aetate uſque ad Xenophontis tempora, atque etiam poſterioribus ſaeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: ſimiliter & in curribus ſe exercere conſueuiſſe, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuerſorum agendi currus modorum expertes ſuperarentur. Ceterum quod medici gymnaſtici ſimilem uectationem tam pro ſanis conſeruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in uſum receperint, clariſſime teſtati ſunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnaſticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucisſimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quaſi duo genera effeciſſe uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti ſedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentiſſime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco ſcriptum eſt a Plutarcho, Romanos coactos fuiſſe in Septimontij feſto prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & feſti celebratio non relinqueretur. Nũquid autem ſani ſimul, & ualetudinarij in ijſdem uehiculis exercerentur, indicaſſe mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis geſtari ſolitos, atque illos a principio per triginta ſtadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a ſtadijs triginta, aut F quadraginta initium ducere, & uſque ad ſpatium altero tanto maius progredi conſueuiſſe. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis ſine ullo diſcrimine uſos eſſe, ueriſimile ſit: etſi fortaſſe principes tectis potius, quam detectis uectos credere poſſumus, quando refert Dion hiſtoricus, Claudium Caeſarem, dum proſpera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto geſtatum eſſe, ſicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem ſe aliquando uſum illo teſtatur Epiſtolarum libro ſeptimo, ita ſcribens ad Cornutum ſuum: Pareo collega clariſſime, & infirmitati oculorum, ut iubes, conſulo. Nam & huc tecto uehiculo undiq. occluſus, quaſi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoſcere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribaſius li. 6. c. 25.

2. d tu. ua. cap. 11.

In probl. Rom.

E

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas si posideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritū, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi. 2. de tu. ua. cap. 11.

De gestatione in Lectica & sella. *Cap. XI.*



ECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperatores, C Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum disimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nūcupabatur, uti ex his uer- D
Lib. 6. sibus Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper, quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. uehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro.

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue feretro mortuorum similem haberet. E

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua sit zoile sandapila.

Lib. 6. libro. 1. ad uxorē suā. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorū numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur inseruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis. F

Sat. 3. *Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.*

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac sertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob C seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

[Margin notes: lib. 1. chro. cap. 1. — lib. 3. c. 6. — 6 de tu. ua. cap 4. — lib. epist 3. — Orib. loco citato. — lib. 10.]

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso
Per medium pagnas, sed prior ire, lutum,

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cōfirmatur, » Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque dome- » stice, ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio Cap. XII.

D



VOD agitationem per cunas,& lectulos pensiles,quos duos sub κλίνης uocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere uelim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant,paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint,cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, ut praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio,apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, ubi dixit, si ne id quidem est,uni lecti pedi certe funiculus subijciēdus est, atq. ita lectus huc,& illuc impellendus, & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorū eas nullū usum habere cēseant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorū, dū in ulnis a nutricibus gestantur,quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum ualetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio.quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequēter usurpata apud Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoq. utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint.quamquam pauci,uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae,& omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur,

E

F

Oriba. lib. 6. collec. lib. 3. c. 6.

7. de repu.

lib. 26. c 3

opere-

A operaepretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scribit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut a terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata, teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu

lib.26. c 3.

lib.33.c.11.

lib.9. c.53.

B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscũq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinem ue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaq. titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, repereriretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam es-

C se, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotãtium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpo D
dio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctũ, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat.

Sat. 1.

Qui dedit ergo tribus patruis aconita, uehatur
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. E

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth.

neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωστοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum do F

lib. 19. c. 10.

miſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem recuſſabiis ſera Italica nominata, quibus duobus geſtabãtur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

lib. 3. c. 6 & lib. 5. c. ul.

A *De Nauigatione, & Piscatione.* *Cap. XIII.*

INTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum B usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab hu- C iuscemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine redijsse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. senserit phtisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus ix. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

4. Aph. 14.

1. partic. Prob. 54.

3. 1. doc. 2.

cap. 2.

lib. 31 c. 6.

lib. 5. epist.

Cap. 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis naui- D
bus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut
In lib. de caussis na. placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plu
tarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tã odor,
quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, at
que sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit.
contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris
praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse in-
quit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum,
incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione
humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim cor
pus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atque eius
habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymna
sticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos E
amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae
a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufa-
cto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt qui-
dem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue insti-
tutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis ui-
no plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabi-
le est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad
naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exerceren-
tur. atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor,
quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthagi-
niensib. mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercue-
runt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pom-
peiũ pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites F
in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarũ esse
posit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra ope-
ram semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse,
& non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum,
quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse
lib. 26. c. 3 scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius ue
stigia adhuc manent, quemq. tempore Naumachiae tanta aqua re
plebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martia-
lis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano imperatore edi-
tam hoc carmine descripsit.

Lib. 1.
Si quis ades longis serus spectator ab oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Ænea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorũ imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, 5. Aen.

B

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq. animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iure merito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit. quorum sententias duabus de causis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nõ cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo

In sophist. &. 7. de leg.

2. de tu. san. cap. 8.

C

6 de comp. med. sm l.

18. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse. D

De Natatione. *Cap. XIV.*



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tāti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud respub. quascumq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propagatio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarū pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiā ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Martium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac simul E F

Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4

De Cyri minoris expedi.

lib 1. de re mili. c. 10.

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatũ reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctorita- 7. collec.
tem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uni
B uersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando 23. partic.
eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros Prob. 3.
temporis sui in aquis γυμναστικὰς παιδιὰς facere consueuisse scri- 4. De locis affect.
pserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam Oribasius
res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno exce- lib. 6. c. 27.
pto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae
C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circũdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. 7. &
Epist. lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita 13. lib.
scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in con- »
trarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde »
capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocau- »
stum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegan- »
tes, quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos »
describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei la- »
xum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplũ, «
si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum «

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocẽs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta » uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quã fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae » clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi- » cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, & » exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait, » Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis scriptum est a Dione Maecenatem omnium primũ in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cũ ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiã in arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tã in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationẽ feruentem solum in labris factitatam. ꝙ si Plinius in locis paulo an » te citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohae- » ret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefacta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari, 23. partic. Prob 12. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulẽtia crassitieq. maiora, quam dulces aquae susti-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitaté suā citius & leuius illabātur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruādis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. Cap. XV.



RAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Ari- C stoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nō uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ijsq. ualidis, & sanis conseruandis uenationē tantopere aestimarunt, cuius nimirū studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usqueadeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiuscemodi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus,

In lib. de ludo paruę pilæ.

1. Polit.

In libro de ven.

cumu-

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praesertim, quod non in auibus decipiendis, sed in terrestribus
animalibus sine dolo capiundis laboriose uersatur, de quo magis
nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine il-
lustrium auctorum testimoniis hanc sententiā audacter nimis pro-
ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercita-
tione usa sit, iam inceptam uiam insequens demōstrare conabor.
Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiu-
mentum praebere putaretur, locupletissime testatū fecit Plato, qui
postquam in Thaeceteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres
species, aquatilium scilicet, uolatilium, & terrestriū animalium di-
stinxisset, improbatis aliis duabus pro iuuenū educatione, de terre-
” striū uenatione in fine 7. de legib. ita cōcludit. πεζῶν δὴ μόνον θή-
” ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων E
” αὖ, κατὰ μέρη νυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ'
” ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσίτε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπό
” νου ψυχῆς νίκη χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥόμην, μόνη δή πᾶσι-
” λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
” θήρια σώμασιν, ὧν ἁπὰν τῶν κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
” αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. idest, Solū
” itaque terrestrium uenatio, capturaue, athletis nostris reliqua est,
” atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
” cturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur
” laudem, sicuti nec illa, qua laborum intermissiones habens retibus,
” & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co
” natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
” quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenātur, quos F
” omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curantes
” propriis manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
” ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
paranda fortitudine bellica diuina ab ipso nūcupata, uenationem
dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse
sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidē
tius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
” de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνε-
” κα ἀσκήσεος ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆ-
” ναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ
” ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gra-
” tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi
” stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-
mam,

A mam,& equestris uerissimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in lib. de uenatione iuuenes ad capescendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum q̃ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum q̃ eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimmo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio superfit, quin inter ceteras militari gymnasticae inseruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuisse debeat. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenatio- B nes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae & apud Latinos scriptores mirum in modũ celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeseferebant, nempe cum bestiarij, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uena tores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corpori sanitati inseruientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea C nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eru ditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partam incolu mes euaserint. ne silentio prætereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuiuis iam esse potest, quantum in exercendis pro ualetu-

lib. 1. poli. cap. 5.

2 de tuen. san.

In libro de ludo paruae pilae.

lib. 5. epist.

in. 30. contract. 13. c. 3.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D
cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui-
sco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus,
sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-
Lib. 25. c. 5. ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso uulnere ca-
ro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terre-
stres belluas peragebatur: illas uenationes aptiores existimatas arbi
tror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam
equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum
corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem
animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem,
quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus
exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
9. de his. ala quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
tam. c. 36. quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum
per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uena-
tionis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur, quandoquidem illi ip-
si lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant,
unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper in
sectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibi-
que percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes
accipitribus distribuebantur, nostrum uero accipitribus, atque astu
ribus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini
Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut
etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam in-
structis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur.
Sed de his satis. F

Explicit Liber Tertius.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis usu. Cap. I.



VM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, esse cerimus, ad perficiendum tractationis nostrae insti tutum relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non mo-
B do singula cognoscere, uerumetiā uti unusquisq. possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundū erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studiū exercitationes usq. adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsq. ad sanitatis profectū non oscitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elabo randum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita secutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particu-
C larium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probē discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedētes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendū est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem

conse-

consequentes declarabimus: secundo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicũque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam, quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessariũ positum fuerit: Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Galeno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roborasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidum reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.

D E F

1. de dieta.

2. ad tuua. cap. 7. & lib. de cibis bo. & mat. suc.

In eius uita.

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. 11.*



SI igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exsistunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorũ alii quascũq. exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos iudicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re- 5. d̃ tu. ua. cap. 11.
B censere, & refutare operaepretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tãquam sanitati cõducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaque, Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-
C cat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atque sic sanitati potius obest, quam prosit. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo humido

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus de- D
tentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus ua
care possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationi-
bus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitatio-
nes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris
persuadere conati sunt. sed eos uehementer aberrasse, omnes plane
confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utili-
tatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus no
stris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam
facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes
regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis
opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam
membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant,
quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo E
temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suf-
focarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas il-
lis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cũ
non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita
alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus
a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excre-
menta retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitia
lium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Plato-
nem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete de-
strui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan
ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae
6 epid.cō.4 rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης: ἀκορίη τρο-
φῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio col- F
locatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in
frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine ex-
crementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur,
membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtu-
tes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores
1 de dieta. euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐ-
σθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui co-
medit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistra-
tum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eo-
rum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in hu-
morum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima
succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen
concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimā concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum intempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione asserebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe-
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at iidem sanos non modo a medicamentis nō iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

In proble. sect. 5.
In. 2. de ab sti. ab aīalibus.
Libr. 1. in prooe.
lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est mediocritatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta, quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione quam plures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστρων, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exerceban-

Margin notes: com. 3. de artic. aph. 1. — 6. coll. cap. 2. — 1. Epid. cō. 1. aph. 11.

D E F

A cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uetustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. 1. Cyr paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.



EFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5. de tu 18. cap. 11.
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentisimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progigneret, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullũ reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
2. de tẽper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri si E
milem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus
6. Epid. cõ. 5. aph. 22. 1. partic. Prob. 51. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, & sic de singulis; pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere
5. de tu. ua. cap. 11. sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi cali- F
das naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suã adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: si quidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nũquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollẽda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal-

sum

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerú esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nō parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos sed inexercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, caussis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque per- C niciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consumatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

5. de tu. ua.

In li. de dictis, & factis Socra.

2. de tu. ua.

lib. de cibo & ma. succi

lib de cau. mortorū. li. 1. de sia.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. Cap. IIII. D



Estat falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandã praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici possit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum
2. Aph. 49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuilibet rei insuescũt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile sit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant: si quidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agēdum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa exsistunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam sicuti multi consuetudinem naturae eorum cōuenientem induunt, 2. Aph. 56.

B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonū corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho-

C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae cōsuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes saepenumero Lib 1. Cap. 3. 1. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non per D
cipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum au-
cti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamob-
rem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae
consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignoran-
tia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim ta-
men, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς studeant, illud pro
comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse
perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persi-
stendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium
refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exer-
citationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demon
strare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra pro-
misimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum bre- E
uiter percurremus.

De exercitationum differentijs. Cap. V.



QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, al-
3 de tu. ua. ca. 2. 11. 12. teram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs per- F agebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis
3 de tu. ua. cap 8. etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodi-
2. de tu. ua. cap. 3. ca quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cõtrarium
3 de tu. ua. cap. 12. absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post maerores inseruiebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur; quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praetetea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermisione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

[Margin notes: 1. d tu. ua. cap. 12. — 1. d tu. ua. cap. 8. — 1. d tu. ua. cap. 8. & cap. 10.]

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & ἔυτονον γυμνάσιον, D
idest ualens exercitatio uocabatur, sicuti fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue ἔκλυτος uocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς siue languida aut imbecillis dicebatur; ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemēs, ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. E
& mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio; praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis no F
stris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes Fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis & huiuscemodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationē propriam, quam-

Marginalia: cō. 1. aph. 6 (beside "ceretur, ex his intelligere licet"); 2. de tu. ua. cap. 2 & 2. aph cō. 16. (beside "tamen Galenus apertissime...")

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt propriae exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporũ humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens & B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigẽdi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus. & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- C poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat. 1. de tu. ua. cap. 8.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fossionem a nobis atque etiam a Galeno,

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D transſeamus.

De corporum morborum & ſanitatis generibus. Cap. VI.



OSTQVAM aduerſus male de exercitationibus opinantes diſputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes eſſe, demonſtrauimus: aequum eſt iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera eſſe traduntur, aegra, neutra, & ſana; quorum tametſi multae factae ſint ſpecies, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus; ea ſcilicet quae praeſenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaeſas habent, licet E alioqui nec perfecte ſana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma ſunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes ſenſibiliter offenſas habent, ut nullo modo opera ſanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media poſita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorſus aegra, nec omnino ſana noſtris ſenſibus apparent. His itaque ſic conſtitutis tertium aliud animaduerſione dignum ſuccedit, quod tria quoque exſtant morborum genera, primum in intemperie poſitum, ſecundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis ſolutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (ſub nomine corporis intelligo & humores, & ſpiritus, & membra ſolida) ſiue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigeſit, aut humectatur, aut exſiccatur, uel ſimul frigeſit, & exſiccatur, uel frigeſit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exſiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias ſimplicem, alias cum humorum affluxu nuncupaſſe reperiuntur; ſub appellatione ſimplicis eam intelligentes, quae ſuapte natura citra alterius affectionis ſocietatem corpus interturbat; ſub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud inſinuantes, niſi intemperiem, quae & ex ſe, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & ſanitatis ſtatum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotieſcumq. corpus, ſeu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iuſto numero, aut conueniente ſitu. Morbus in ſolutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, ſeu aliquod cor

poris

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B



VBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria tum ad augendam, cofirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, 6.Epid.
C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum cor-

pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secundum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augumentum suscipit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepiades Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationibus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitationesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpeant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febricitantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insigniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possidere nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conuenire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationẽ, sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus, & uectationibus aliquibus, at nõ magnis motibus exerceri possunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alioqui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non humores paullatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus extinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item calida, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo subijciantur, maioriq. cura opus habeant; Frigida porro simulq.

5. d. tu. ua. cap. 11.

Li. 2. c. 14.

In prooe. lib. chroni. pal.

Cap. 16.

Loc. citat.

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem afflictionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis dumtaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſſit modum, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particulares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae & C contorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quãtitate genitos nõ raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi ueriſimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur, ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib de ſal. diaeta.

In. 6. epid. cõ 3. apho rif 2.

Galen. de drijs morborũ. c. 9.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenuatos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propriam sedem, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tamdiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exercitationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiantur continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-

bus

Margin notes: In. 6. epid. com. 3. — Secũdo de tempe 3. & 6. d tu. ua.

D E F

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis.
Cap. IIX.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes illos, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, necdum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, si quidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine sibi ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorũ reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; si quidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae ficciores,

B / C (margin letters)

5. d tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult.
5. d gener. aial. ca. 4.
6. collec. cap. 6.
In arte medic. ca. ult.

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earun- D
dem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandum atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, E
quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudi
1. Rho. c. 5. nis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum F
trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quiq., aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tū uehiculum adscēderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu postmodum lotus accumberet,

&

A & paullisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres; qui uero senes aut crasis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. *Cap. IX.*



QVICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope exsistat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, quod in sanis maxime adiumentum ostendere posint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsistat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum: Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commendãtur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus etiam in omnibus obseruari debere, si quidem quae cõsuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae, inassuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remisiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transcendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto laborent,

[Margin notes: 1. d tu. ua. cap. 7. — 6. aph. 28. — lib. de caus sis mor. c. 2. 1. d diijs feb. c. 2.]

[Margin letters: D — E — F]

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent; carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuis-

3. de partibus aĩaliũ cap. 9.

14. Meth. cap. 15.

B se testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulant, quia sicuti corpulenti, & crassi cõtrarias habitudines ex cõtrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mãgones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὔσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superflui-

lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.

de sal. diaeta. aph. 10.

C tatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & crassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab

2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exſiccentur, neue moleſtiae mo D
leſtia maior ſuperaddatur, contra qui multum comedunt, multum exerceri debent; quoniam dicebat Hippocrates, non poteſt homo comedens ſanus uiuere, niſi laboret: in talibus enim opus eſt multo calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione, dicebat Galenus, facile ſuppeditatur, praeterea multum manducantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae niſi magnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones corpus deducunt. qui ſimiliter multum, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in iſtis perſpirationes retinentur, atque adeo ſanguinis copia partes exteriores deſerit, ſubitq. interiora, ut adacto cultello non aeque effluere ualeat, quemadmodum ſcribit Ariſtoteles, & ob id ſomnolenti omnes decolorati euadunt; unde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, E
quo perſpirationibus aditus pateſiat, ſanguisue ad exteriora ſeruanda atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ſicci uel nihil omnino, uel lente ſatis, & minimum laborioſe exerceantur. nam exercitationes, quas ſuapte natura exſiccare conſtat, ſi in ſiccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanae mentis dubitarit. Calidi quoq. & praeſertim acri, ac mordaci calore praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo incaleſcant, ipſisque, ut ſcribit Galenus, ſolae in neceſſarijs actionibus obeundis motiones factae ſufficiunt. Vnde Ariſtoteles, quaerens, cur alij ſedendo pingueſiant, alij macreſcant, ideo euenire dicit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi, alij non; & qui calidi ſunt, pingueſiunt ſedendo, cum eorum calor ſine motu cibi concoctioni ſufficiat, ſimiliter & non excrementoſi. Qui F
uero excrementis abundant, & frigida temperie ſunt, macreſcunt ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo creſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit, quando dixit: Ἐν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν, uidelicet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conueniunt; ſimiliter & cum ſcripſit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσι, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs ſcilicet minuendum eſſe & laborem & cibum, quos ob calorem infeſtat ſitis. Ex quo ſimul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. multum exercenda eſſe. Porro an humida ab exercitationibus iuuamen percipiant, nō immerito dubitari poſſet; eo quod Ariſtoteles

ſcri-

Marginal notes: 1. de ſu ua. — 3. de hiſto. aīaliū. c. 19 — 4. Aph. 13. — 6. epid. cō. — 4. aph. 15. — 6. partic. Prob. 1. — 6. Epid. ſect. 4. — 5. partic. prob. 9.

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exerceantur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem poſsident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cõſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. 4 de gen. aĩaliũ. c. 6. Quaecumque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*


TANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plantarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorũ corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruefcunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec perniciosis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas perſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in tranſtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc eſt,

2. Art. ur. cap. 7.

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum; sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους· φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, id est, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parére, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-

In lib. de dic. au. fac. Socrati.

B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij námque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse

C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἠμέσας, id est, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id

lib. 1. ca. 2.
5. partic. Prob. 1. 37

est

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequa D libus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in E uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem

5. partic. Prob. 1. Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerẽ, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν F τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τε τινες οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δέ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

tione

A tione & loca ſecundum mare ad meridiem aut occidentem ſpectantia fugienda erunt; quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aeſtatem ſole exoriente caleſcit, meridie ardet, unde exercitari ſine magno incommodo nemo ibi poteſt. Quod ſi ſuperbiſſimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut ſupra retulimus, erectae, ſi ampliſſima illa gymnaſia ad hoc a maioribus noſtris magnifice exaedificata haberētur, nullus profecto locus aptior inueniri poſſet, qui omnibus fere exercitationum generibus magis ſufficeret: ſed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quiſq. locum ſecundum condiciones iam explicatas eligat, illud ſemper mēte reuoluens, quod, tametſi multae ſint exercitationes, quae loca anguſta, & occluſa expoſcere uideantur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, ſi non omnes qualitates, aliquas ſaltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium propoſuimus, habeant. Quamobrem ſcitiſſime conſuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi ſunt homines, hieme calida, aeſtate frigida, uel ſemper temperata eligatur; ſin minus, procuretur, ne ipſo praeſertim die calidior, frigidiorue ſit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus eſſe uidetur Aetius Amidenus, ubi geſtationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in ſalubri loco, & puro aere fieri debere, ſcripſit. Aliae ſimiliter poſſent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas ſitus, planities, & huiuſmodi: ſed, quia partim explicatae fuerunt, partim ſuperuacaneae ſunt, plurimae ſub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco fi- C nem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines ſeſe in loco a ſole percuſſo exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam ſedeant, uel quieſcant, ſiquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit, ſe exercentes ſub ſole magis uri dum ſedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu ſunt aerem agitant, quaſique ſpiritu uentilantur; cum uero ſedent, quia aer immotus permanet, uim ſolis acriorem experiuntur.

Lib. 1. c. 4.

1. de tu. ua. cap. 7.

lib 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.

De-

De tempore exercitationibus apto. Cap. XI. D



DVO sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiẽs corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullã amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccant. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque se cum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

[Margin: 6. partic. prob. 6.] [Margin: 6. partic. prob. 12.] [Margin letters: E, F]

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται αἱ κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tẽporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantũ attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omniũ ueterũ auctorum censuit potius exercẽda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequẽs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Ægineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur; quod sicuti corpora temperata in tẽperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

Marginal notes: lib. de aere aq. & loc. — 2. partic. prob. 21. 33 & 42. — 3. de dieta. — In Isagoge medicinae cap. 5. — Lib. 1. c. 53 — 2. de tu. ua. cap. 7.

Marginal letters: A, B, C.

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuscũ. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomodo diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit
» de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim cer-
» tum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel crypto-
» porticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscen-
» do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
» mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox
» orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
» caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
» ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex
» hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post
» somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E
Plu. in lib. d tuẽ. san. quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari porro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando motum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis ambitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur
Loc. cit. si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici uno ore pronunciarunt; semper exercitationẽ
lib. de cib. bo. & ma. succi. ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίσις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremẽtis faciliorẽ exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac multos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testatus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

in

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phtisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibũ exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius cum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit, ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui B cenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demõstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, necdum accomodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, C idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tũc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

frigidam

2. de ca. pl. cap. 20. Coel. Aur. lib. 2 chro c. 13. & 14.

2. de tu. ua. cap. 2. lib. 1. fen. 3 doc. 2. c. 3.

2. aph. 16. Auic. li. 1. fen 3. trac. 2. cap. 3.

6. epid 5. 6. Epid. cõ. 3. aph. 2

partic. 5. prob 28. & 30.

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, D ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidum autem ualde quodcumque exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur; quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uerspernam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus non posit, nisi uespere, cócoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiossimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, F & pugillatu se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

3. de sal. dieta 22.
2. de acutis
II. 3. de die.
6. de tu. ua. cap. 5.
lib. 4.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante » lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu » ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; post » lectionem, palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- » bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut » B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. » una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus » ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su » mebat, oua deinde, mulsum, atq. his refectus aliquando prandium » inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & se ipsum, & alios libere ui uentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit. Lib. 1. ser. Sat. 6.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto; quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ire lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domesticus ocior, haec est
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibus uis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quam exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse, atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tamquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartũ continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionẽ habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

li. 1. fen. 3. doc. 2 c. 3.

Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela. c. 5

D E F

Quanta fieri debet exercitatio. *Cap. XII.*



EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

A ta committi solent, & plerumque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exercere debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes B requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est; unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabili- C ter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel lassitudo iam immineat: illico desistendū est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cū malis exhauriātur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

lib. 19. c. 1.

5. de locis aff. cap. 5.
li. 6. c. 11.
li. 1. fen. 13. doc. 2. c. 3.
lib. 2. c. 3.
6. epi. cō. 2

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, ter E minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdẽ adolescentes, & uiri sint uictoriã consecuti, quod per uiolentas, & plurimas

1 de tu. sa. c. x. 7 pol. cap. 4.

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit; quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coqunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, necumquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib de cibis bon. & ma. suc.

1. de alim. fac.

B, C (margin letters)

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus D alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui- E resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debēt, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque sebi em in- F terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis praeinchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defecto magis laudat, sicut in cibo contrarium, *οἷον* (inquit) *καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς* & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis immodice

Galen. 3. d symp. cau.

38. partic. prob. 5.

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. *Cap. XIII.*

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iã uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionẽ pertinet, ut modũ, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unusquisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- 6. colle. ad Iul. c. 15 Lib. 10. 1. ser. 3. c. 2. Lib. 1. fen. 3. cap. 3.
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio; puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebãt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingrediebantur lib. 1. c. 1

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipsos D
induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat
modus, quo uel in gymnasijs publicis, uel in priuatis locis maior
pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bo
no habitui comparando sollemniter incumbebant, frequenter ute
batur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singu-
lis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homi-
nes, nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, &
praesertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria manda-
runt. de quo defricandi more & modo, si Deo placuerit, ali-
quando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quã-
plurimos alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impedi
ti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ua-
letudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictio E
nibus, & unctionibus dimissis qualcumq. poterant exercitationes
amplecterentur; sicuti & multi reperiebantur, qui praedictarũ cauſ
sarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habe-
bant; quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus
esse tradit Galenus. Verumenim uero cũ aetate nostra gymnasia il
la ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in usu desie-
rint esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & renunctο-
res habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis
exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, sat erit illis, qui
aliqua necessaria occasione impediti libere sese exercendi otiũ ne-
quaquam habent, ut potius quomodocumq. possunt, exerceãtur,
quã semper in cõsummata quiete degant; modo tamẽ hoc unũ ob-
seruent, ne statim a cibo exercitationes eas quas gratia sanitatis fa- F
cere uolunt, solicite nimis adeant, sed saltẽ aliquot horas interpo-
nant, quo minus quã fieri potest nocumentũ inde sequatur. Porro
qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libe-
re uacare queũt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut
corpus tũ a faecibus & urinis, tũ a muccis & sputis accurate emunda
re, caput pectere, manus, & faciẽ abluere studeãt, ne excrementa in
uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipso ambitu latẽtia, a motu excita
ta uaporationib. offendant; strictisq. meatibus nonnũquã infarcta,
aut exercitationis calore eliquata obstructiones, fluxionesq. diuer-
sas pariãt. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ
ipsi superaddere nequeãt, quaeue interim a uentis, si qui erũt, uel
a frigore tueantur; aut etiã si aestus urgeat, feruorem nullo pacto au
gere, siue fouere queant; nam indumenta nisi exercitandis pruden-
ter

lib. 1. de cibis bon. & ma. suc.

A ter accómodentur, praeter impedimentũ, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudẽt, & alia incómoda sustineant; si quidem sudor ita indutorum sine motu multò eueniẽs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumẽtum est, quod ita sudantes decoloratiores euadunt, cum humor per summa corporis passus, atque incalescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare cõsueuit a uestimentis inhibeatur. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intẽtionem augeat paullatim, usquequo ad terminũ; qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intẽsis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiã robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumãt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primũ quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius ali C quo motu vtatur, tãtumque a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatioue, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiát. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

2. parti. põ 30. & 38. partic. proble. 3.

In con. de pu. epilep.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



SIcuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus exspectãdus esset, nisi recta atque uniuersalis methodus, quam superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modũ vana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac E fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio vniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentum, quamue commoditatem praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui cõstat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequẽtibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum cõprobatis experientia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse ueram condiciones rerum inueniendi rationem scripsit 12. Metho. Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiam huiuscemodi declarare instituimus, ut primo commoda in corpora humana ex unaquaque exercitationis F speciee emanantia, deinde incommoda sigillatim explicentur: nam illud, quod quãplurimis medicamentis euenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea vtilitatibus, atque damnis a membris superioribus principiũ sumentes, ut plurimum in ultima, atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturum esse spero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitabuntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nãque a natura comparatum esse nerunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimẽtum inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenũ in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, ꝙ.s. gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem uersatur, consequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cõsuetudinem in medium adducemus, non erit, ꝙ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam gymna-

[Margin notes: In lib. de cibis bon. & ma suc. — De chroni.]

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D & nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs assiduis, alias morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, licet in multis exercitationibus diuersus extiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unũ, aut alterum obseruemus; antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi faciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorũque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, q hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid unctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum diuersos effectus existimare.

E (margin, beside "faciunt") — a. d̄ diaeta. iuxta finē.

F (margin)

De singularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. II.



Res praecipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia simpliciter exercitatio nũcupata fuit. Exercitationē praeparatoriā, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scripsit

A psit Galenus. qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria vtebantur. quam item vsurpabant quamplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, opportunũ exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apotherapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemẽtiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, vt plurimum adhibebatur: in iis quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur; qui in humidis, humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad imbibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futuram ꝓhibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo extrin-

[Margin notes: 3. de tu. val. cap. 11. 2 de tu. ua. cap. 3. — 3 symp. prob. 6. — libr 1. c. 35. — 6 epid. — Lib. 1. ser. 3. cap. 8. — 3. de tu. ua. cap. 2. — 5. par problc. 1 & 12.]

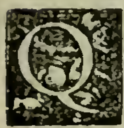
extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam uim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut nō temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, exsistat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differentias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq. ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus quātitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraque medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calorem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur. quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo conducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamentum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuant. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo

cis

Marginal notes: 2. de tu. ual. cap. 11. — 5. de tu. ua. cap 3. — Loco citato. — 5. chronic. cap. vlt. — Sect. 31. Prob. 14. — Gale. 6. de mor. uulg. com. 3. — 6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 — 14. Meth. — Lib 1 ser. 4. ca 31. — Gal. de pu epil.

A cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demõstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expresius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id q optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B Vicumque saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμοὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles exstare censebit. Verumtamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse nemo non uidet, q, sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commesationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, lib 4.c.11. administretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubisticam nãque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur, illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõmouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur)

ſtabitur) quam ueram orcheſticam appellauimus, quam plurima D apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel ſaltem non uſitata eſſe cum conſtet, ſuperuacaneum foret ſingulorum effectus percenſere uelle. proinde ſat erit illa adnotaſſe, in quibus praeſtandis, & cuncta illa conueniſſe, atque etiam noſtram conuenire uerisſimile uidetur. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſticulationem attenuare humores, atque ſurſum carnes trahere, placuit Hippocrati ſiue Polybo. quam ſimiliter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum ſoluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginoſis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi ſtomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exſiſtit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E pedes, uſque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniātur, quae ſimile auxilium praeſtare queant. neque itidem alteri cedit huiuſcemodi exercitatio in extrudendis a renibus, ſiue ueſica lapillis. Caeterum ꝙ praegnantibus mirum in modum noceat, teſtatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias ſubiret, uteri fetum abiicere cupiebat, conſuluit, ut ſaltaret, pollicitus ea ſaltatione conceptum corrumpendum eſſe, ueluti poſtea contigit. Quicūque uero caput debile, ac uertiginoſis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uerſuris, motibusq. continuis offenduntur: ſimiliter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus ſaepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & ſupercalefactos habentes, ſeminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de cauſſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudeſcunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea ſaltationis ſpecie, quàm antiqui ſine armis obibant. ꝙ ſi quis armatae, quam uocarunt, ſaltationis condiciones pernoſcere aucat, in hunc modum uere atq. breuiter ſtatuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, niſi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incaleſcere, & ſudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

2. de diaeta prope finē. — Lib. 1. cur. chr. ca. 1. — in li. de natura pueri. — 2. de tu. va.

De

A *De ludorum pilae effectibus.* Cap. IV.



Vdorum pilae antiquitus quam plures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exſtitiſſe ſpecies, abunde in ſecundo libro indicauimus: ex quo nullum operaepretiũ eſt hoc in loco, ubi ſolas exercitationũ qualitates explicare propoſuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & ſi noſtra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non correſpondeant: ſunt tamen magna ex parte ualde ſimilia: & ideo eorũ cõmoditates atq. nocumenta ſingulatim enarrare ſtudebimus, ut facta noſtrorũ cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque ſimul cognoſci poſſit. ſed ne tractatio iſta confundatur; ſicut alias fecimus; primo graecos ludos, deinde latinos ca. 4. & 5.

B proſequemur eodem ordine, quo ſupra uſi fuimus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera cenſuit Auicenna, quod fortes ex ſiſtũt: Hoc praeterea commune ex omnibus huiuſcemodi ludis commodum percipitur, ut qui in ipſis, uel ipſorum aliquo ſeſe exercent, promptiores ad motum reddantur, iiſq. uitales actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora craſſa, ut ſimiles exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio ſcriptum inuenitur, „Cũ ſtudio in gymnaſio duplici corpus ſiccaſſem pila. „Prima autem paruae graecorum pilae ſpecies, ſecundum Antylli ſententiam, carnẽ ſolidam reddit, brachijs, dorſo atq. pullulantibus coſtis magnã utilitatẽ praeſtat, cũmq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad ac Li 1. fen 3. doc. 2 c. 2. 2. d tu. ua. lib. 1. c. 18. Orib lib. 6. co lec. cap. 32.

C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae ſpecies praeſtantiſsima reputabatur olim, quod corpus ſanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praeſtat, adſpectum firmat, neque caput replet. Tertia uero ſpecies oculos, atque brachia iuuat, ſpinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter curſum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae ſpeciebus cuncta illa cõuenire cenſeo, quae Galenus in libello ſuo illis dicato, paucis uerbis cõplexus eſt, uidelicet quod tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae ſpecies prima ſecundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctiſq. ſuperioribus partibus, non ignobile iuuamentum. affert. de hoc lu-

Lib. 9. cap. ulti. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in D curatione priapismi sphaerae exercitium cōmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulētus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq. manu propter magnitudinē emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiā bene ua[l]entes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aeq. exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo
lib. 9. c. ult. omittendam eā esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem vertiginosis obesse iudicauit
lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniā capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intētiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuēdā polysar E
lib. 5. c. ult. 1. d diaeta. chiam hāc exercitationē, quā a Graecis corycomachiam uocari scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui corycomachiam, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum exsistere. Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cōsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexātur, simili exercitatione periclitari, & quādoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpātur. Atque tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus complexa omnia in usum sanitatis recepta superius demōstrauimus. Ho F rum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq.
li. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo, quādo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia
In eius vita. c. 80. & 83. epist. 1. lib. 3. lib. 1. c. 6. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis solicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiū (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cū praecipue superiores partes exerceat, iis, qui citatam aluum habēt, & quos tremor corporis exercet, non sine ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercitationem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudētissimi, & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit. ut uere dixerit Martialis: Epist. 1. lib. 3.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 14.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est. quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: ꝙ si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumētum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- Li. 4. chro. cap. 7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib. 1. c. 2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depressionibus, ex- Gal. lib. de par. c. 2.

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigen- D
tur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. *Cap. V.*



LVcta, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieq. E
a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam
Lib.2.c.8. declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium F
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque; aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet,
2. de diaeta. carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia
loco cita o firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidũ, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tãdemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper

quiete,

A quiete magis ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quando humor 2.prob.7.
a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua aga-
tur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti pro
dest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro pera-
ctam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Li. 1. chro.
Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, cap. 1. lib. 2 c. 2.
stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo lib. 3. c 2.
palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae
prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra,
siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento
afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope
corpus calefaciat. qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hi- lib. 6. c. 28.
dropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scri Lib. 2. ad Timo. c. 21
B ptis tradiderunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius ue-
hementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non imme
rito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, quod luctatio- 6. Epid.
nibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta cõ. 3. aph. 32
exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne 1. de dieta.
meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere
nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo com
pinguntur, diuelluntur q. dãna recipiunt. ueluti euenisse Commo-
do Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum
ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter
luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterũ, &
Iudaeorum gentes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus
in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual- ĩ lib. de pc. ad Post.
C de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interce- 4 de rat. vi.
ptionis ex constrictionibus magnum impẽdet periculum. unde nõ in auct.
temere Galenus, ne suffocẽtur, periclitari luctatores dixit, qui simi In 6. epid.
liter renibus, & lumbis male affectis talẽ exercitationem fugiẽdam com 3. aph. 6.
esse uoluit, quãquã Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traia- in libr. de
no Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo passionib. renum.
palaestrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit li 43 c. ult.
Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia 2. de motu muf.
ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura saepenu-
mero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari cre-
dendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra ue-
hementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuer
sa secundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui
a morbis sese reficere incipiunt, sit superiore accõmodatior, ac mini

mo periculo robur,& fortitudinẽ pariat: capiti, & thoraci prodest, D
neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
in ei' uita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus,luctationibus,iactibusq.discorum, & iaculorũ exercuisse, ut,quemadmodũ germinũ radix ualidũ in acribus terris principium sumens melius germinat, ita & hae partus robuste tolerantes honeste simul,ac facile aduersus dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur luctatio,si credimus Oribasio, praecordia atq.intestina uitiata adiuuat, loco citato
lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exercitationes recẽseatur, ad extenuanda corpora accõmodata erit, sicuti pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est,& ab Aetio si in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores exhauriendo refrigerare auctor est in II. de diaeta Hippocrates: at secundum Galeni sententiam iis magno studio fugienda erit, quos ex leui caussa uertigines,comitiales morbi,grauis ophtalmia,uel aurium dolores male habent. simili modo, & illis,quibus tonsillae,& angina incidunt,quibusq.prompte in columellam,gingiuas,dẽtes, deniq.partem aliquam ex his,quae circa collum,aut totũ caput habentur,fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta.circa quam oriri posset multis dubitatiõ, cur Galenus, qui gymnasticam artẽ omnibus alijs melius calluit,non modo luctam fere nullibi ad quidquam cõmendauit,sed potius tãquam parum utilem,aut omnino noxiam damnauit:cum alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rũpi;alias crura distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republica odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet, quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, siue lucta, per quam F exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitationibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, currere, equitare, saltare, uenari, nauigare, fodere, q̃ lucta exerceri melius est:& sicuti athleticae,gymnasticae luctatio magis accedit,atq. inseruit,ita quoq; a medica lõgius recedit:unde non est mirũ,si Galenus eius exercitationis facultates explicare noluit,quã in medicina minimã cõmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea,quae ab aliis auctoribus tradita inuenimus,explicanda esse duximus,non ut Galeni auctoritatẽ ceteris, uel ipso superiorib.quos male de exercitationibus sensisse scripsit,uel posterioribus postponam;sed ut demonstrarem,si qua a lucta exspectari cõmoda debent,haec ab auctoribus indicata,& nulla alia fore. De ista nãque apud Hippocratem scriptum inuenio, q qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

Margin notes: 5. de tu. ua. cap. 5. (beside "hauriendo refrigerare… E"); ad Thras. cap. 41.; Lib de sal. diaeta.

ac

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime; sed multū deambulare, secundum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus, pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VI.



Vamuis inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectantes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationem ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt. at inferiores quoq partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti. neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod 2 prob. 5.
exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex qua frictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-

nibus per supernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequẽ- D
tisśime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, & Pancratium, luctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gymnastica medica usus:sed Pancratio multos,quibus aliquae corpo-
2.de tu.val. cap.vlt. ris partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo sicuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est, certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractũ uniuerso corpori ad robur acquirendum prodesse:uehementer si fiat,
6.epid.cõ. 1 aph.6. Li.2.ad Timotheũ. solum athletarum munus exsistere. Ad haec cum a Galeno inter magnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequenter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõsentaneum est: id quod intellexisse Theodorum Priscianum, quem alij Octauiũ, Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis discipulum faciunt, arbitror,quãdo scripsit hidropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse: ab Hippocrate edoctus, qui haec in v.Epid.scripta reliquit: ὑδρω-
prope finẽ πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδροῦν. quod itẽ innuere uoluisse Coelium Aurelianũ posśibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs palaestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõsuluit, ut inflationes,ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de uolutatorio pancratio fere intelligi possunt.Pancratij species, quã diximus 2.lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad crassiores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres athletas transtulit. Caestuum exercitationes,de quibus apud medicos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod brachijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum ta- F
men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret, atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Li.5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere caestu.*

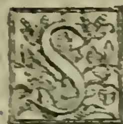
In hanc sententiam uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sanitate,siue in curandis morbis,siue in acquirẽdo bono habitu nullum locũ habere,atq.ideo similem exercitationẽ penitus omitti debere. Ceterũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caestus exercitiũ absq.antigonista quandoque usurpatum,tuncq.schiama-
Lib.3.c.4. chiae,de qua infra loquemur, & supra quoq.locuti sumus, speciem quãdam exstitisse,dum scilicet pugnis,& caestibus aerem dumtaxat percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque brachia citra molestiam exercere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper erit; nempe cum plagis illis, atque

per-

A percussionibus careat, quae plerumque in huiuscemodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitationis delectati, assuetiue (nam & Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculum sese dumtaxat aduersus aerem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis, & grauibus percussionibus, delectationem ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia seruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus. 2. de tu. ua. cap. ult. Ca. 10. 11. & 12.

De cursus natura. *Cap. VII.*

B



ICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maximae utilitatis exstitisse, & proinde a medicis, atque gymnastis saepius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atque uiolentiam, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnastarum, & medicorum sententia asseruerunt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alius uelocius, atque uehementius; alius remissius & placidius peragi potest: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariantur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursum quemcumque febrientibus detrimentum afferre, prudenter traditum est ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari scribentem de solo uehementiore sermonē habuisse sentio, quando etiam in libro de paruae pilae ludo, illum ueluti nō salubrem, & plus aequo uniuersum corporis habitum extenuantem, nihilque uirilis exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementem exercitationem nuncupauit. alioqui Galeno repugnantem sententiam tulisset. Est igitur cursus uehemens fere ad sanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, sicq. ullum iuuamentum affert, proculdubio carni,

C

2. de tu. ua. cap. 10.

6. epid. cō. 3. aph. 2.

6. epi. cō. 3 Aphor. 51. ibidem Aph. 2.

ni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti com- D
1 de dieta. lib. 4. c. 4. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis sententia ualde humidis corporibus, quo & ipsa humore exinaniantur, & humor amplius, atque citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdam strenue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione sint liberati. Peculiariter uero ijs
5. partic. prob. 9. ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaeres, cur, qui detrahere ad ima genus omne excrementorũ putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quã in ceterorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praeterea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit. ex quibus omnibus E locum superiorem aegrotare necesse est; & iccirco sapienter Theo-
li. 2. ad Timot. ca. 2. dorus Priscianus scriptum reliquit cursum uehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atq; placidus ad corpora perbelle calefacienda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem defluxiones, atque catharros curare, & aliorsum uertere idoneus est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur, sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi siccã tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Stomachum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
lib. 3. fer. 2. cap. 18. berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ con-
lib. 2. ad Timot. c. 15. sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tumores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
6. coll. c. 22 cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpionibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen sententia in cunctis renum affectionibus minime probanda est; quoniam

A si patiantur ulcus, siue nuper fuit passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda secum uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incōmodis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimenti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum: neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Casius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinam aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero

B

C currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniā in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti contingere in pila super pauimentum iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine pectoris uenas latiores instar uaricis significans. Alioqui scriptum

lib. de affe. ren.

5 partic. prob. 38.

5 partic. prob. 91.

4. de nat. acut. aph. 115

Pli. lib. 29. cap 1.

In Probl. medicis.

6. Epid. com. 2.

7. Metho.

In Merc.

ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse, traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Ruso. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro quo id silentio non esse praetereundum duco quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At recursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque F utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secundum Hippocratem carnem minime diffundit; attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutissimo spiritu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uertiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiūt; uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

5. partic. prob. 16.

lib. 3. c. 53.

lib. 4. c. 8.

ibidem prob. 36.

2. de diaeta.

Oribasius Loco citat. 2. de diaeta.

In lib. de in som.

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quiq. coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisq. coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius C forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

in libro de uert'g li. 2. ad Timot c. 12. 2. d diaeta. lib. de insomnijs.

2. partic. prob. 30.

(margin letter B beside "nor sit, magis laudat")

Quid praestet saltus. Cap. IIX.

SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

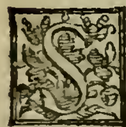
re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ue D hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi inflexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pectoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
5. Meth. in prin. de nat. pueri. Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulieres abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, ceterisq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiã ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit, nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firmamentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
14. de usu partium. quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faciliter disrumperentur; quod munimen cum humani generis feminis nequaquam concesserit, opinor eo consilio effecisse, ut cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet saltandi E occasiones ipsis effugiẽdas esse. Multae sunt saltus species, quarum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsilitionem uidelicet, atque saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quodammodo cursui adsimiliatur, hanc sententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexionibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapitur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus, ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiã
in ei⁹ uita cap. 83. intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum, ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic infirmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae calculis, quibus afflictabatur, saepe occurreret. De saltu uero proprie sic appellato dixit, cum materiam infra exactius deducere, sed F quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, & admotum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod
lib. 2. c. 11. Lib. 1. cur. chir. c. 1. si ad nates efficiatur saltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuisse iam diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat, & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum puto, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνευπαίδευτον ἀνείλησιν laudauit, sicut & ἅφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam menstruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
in li de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quoque retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui supra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat, lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

A nuas, & nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Gale B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophastus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero ponduscul is manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, C quando saltans id manibus tenet, cui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atq. otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, & explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter uelocius mouentur.

[Margin: lib. 3. c.53. — 6.epi.cõ.3. aph.2. — Lib.de passionib.ren. — 5. partic. prob. 8. in lib. περὶ κόπων. — Aristo. lib. de cõi aĩalũ gressu.]

De Halterum condicionibus. *Cap. IX.*



SALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atque uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dũ in huiuscemodi ponderibus apprehendendis, iactandisq. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim cor-

[Margin: 2. ð tu. ua. Orib. lib. 6 cap. 34.]

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, D quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri memoriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus huiuscemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
6. ꝺ tu. ua. cap. 14. Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo cibus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: laudat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras appellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Galenus cuidam, qui mordax, praecalidumq. semen inter emittendum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret suasit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curando huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduerteret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen, uerum etiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatulentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit. Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē congruere ullus affirmaret; quorum alterum nimis, atq. inaequaliter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia utuntur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, & exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercitationi proposuit sub hisce uersibus:

Margin notes (in order): 6. cur. chro. cap. 1. — Li 5 chro. cap. 2. — 6. ꝺ tu. ua. cap. 14. — lib. 9. c. ult. — ꝺ cōp. me. ꝑ genera. cap. 2. — 6. epi. cō. 3. aph. 2. — E — F

lib. 14. *Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius uinea fossa uiros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero particulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuuare, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce

omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres, ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus exspectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B



DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lõgius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In. 6. epid. cõ. 5. aph. 1

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dif- D
solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter
lib.2.c.12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi- E
nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Æsculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos sanitatis magistros arti iaculandi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuētes, huiuscemodi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem posside autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia F
compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud igno
5.de finib. bo.& mal. randum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto; quod an faceret exercitatio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum uerisimile uidetur.

A *De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.*

SI ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidē nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeq. corporis partibus, & prosit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nō est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia exsistit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersiuae, atq. hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, uel calcibus. A loco, quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, uel sub Dio, uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae aestate, aliae mane, aliae uespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae, sicut apud antiquos fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum uenire, quādo iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post sublitionem oculorum, & post copiosum uomitum: atq. hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitudinis sensum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque dissoluere: de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare. Atqui deambulationū simpliciū mediocris ceteris omnibus magis ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus, quando is Tironi consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinq. postulari scripsit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui solutionem facilem. mediocrem autem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci, nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca, quando sese destillationi, a qua ualde afflictabatur, de ambulatione succurrere fatebatur. hanc eandem pro insania, proq. asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero etiā maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor

[Margin notes: 6. colle. cap. 21. — 2. de diaeta. prope finē. — 16. famil. Epist. lib. — Orib. ibid. — 7. epist. 79. — Lib. chr. 1. c. 5. & li. 3. cap. 1. — 9. de comp. med. s. l. c. 1 31.]

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatio huiuscemodi obest, nimirum quae, ut sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusue, aut seminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualetudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex

6. Epid. com. 3. aph 5.

li. 4 chro. cap. 7. & lib. 5. c. ult.

B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exsiccatis commẽdat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborãs deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuẽ probauit, nempe quae sine capitis concussione humores a supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxismus non affligit, iuuare, mino-

2. de acutis 3. 1. doct. 2 cap. 7. par 1. 13. 7. Metho.

1. chronic. cap. 1. Cap. 4.

C rem fatigationem quã stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci ἑρπυλα, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiuscemodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi curanda in usu habendã esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae expositis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

1. ad Glau. li. de palp. conul. & tri. lib 3. de re med. c. 33. li. 4. c 4 & lib. 5. c. 28. Li. 4. chro. cap 3. Cel. lib. 1. cap. 4.

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatione molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptũ est a Tralliano) qui podagra & articulorũ affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potissimumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliã rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio secundũ Antylli sententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes nõ nutriũtur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non immerito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. obidq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duodecim stadiorum spatium gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimendo secundum Aetij sententiam strenue prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur; cuius rei caussa ambulatio quoq. circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nam Cassius medicus antiquus in libello problematum, quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans, ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime difflationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non sinunt, quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motũ in capite uertiginosum afficiunt. sicuti namq. ictericí omnes externos sapores amaros sentiunt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumq. colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodũ scriptum est ab Antyllo, capiti male affe-

Oribasius ibidem lib. 1. c. 4. Lib. 3. c. 33. Cel. lib. 3. chronic. 7.

Probl. 38.

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulso, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atq. haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut B descendẽdo exercentur. si fiant adscẽdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa: scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quã per decliuia, necnon spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae posit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnunquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscẽdendo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dũ adscendimus, nos corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualidã nõ parũ laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

2. de tu ua. cap. 9. 2 partic. prob. 38.

5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adscendēdo, tum descendendo peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarietate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in inaequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur, atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri scripsit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc E idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praeposuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. in his tamē disterminandis ualde refert, nūquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniā si fiant in pratis, blādissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentāt, nihil cōmouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dū coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinū F remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam subinde, e supernis ad infernas partes deducendam, eamque dissipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes, aut

[Marginal notes: lib. 1. c. 2. — Oribasius Loco citat. — In Oecon. — In uita Augusti. c 80 — li 2. chro. cap. 1.]

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitiosoq́, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis [s]tratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisq. iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru- uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsintq́, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquitq́. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambulationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nō sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed

lib. 3. c. 1.

B Loco citato. lib. 5. c. 9.

C Oribasius loco citato

quae

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uentis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimque Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiũt, quam quae tecto subest: quoniã aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit Plu-

Marginal notes: Lib. 3. chr. cap. 2. — lib. 1. c. 2. — in 2. de morb. — 5. partic. Prob. 34. — D — E — F

A Plutarchus, propterea huiuſcemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore ſuffuſae uitentur, quoniam, ſi per ipſas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaeſt. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipſa mordeat atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum ſuperficiebus aſpergo quaedam noxia inde corporibus affuſa inhaereat, quae partes extimas ipſorum mordeat, atque diſcindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipſa, & uetuſto codice permotus legendum puto) ineſſe perſpectum ſatis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifeſto declarant, quae alioquin obeſae dum tenuibus ueſtimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes conſumunt. In omnibus autem fere proderit ſub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginoſis, nempe ſub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agreſtes, & ſponte naſcentes: ſin harum copia deſideretur, inter humano cultu procreatas. Eſt in hac quoque non exiguum diſcrimen reſpectu caeli, quod, dum ſerenum eſt, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam reſpirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aeſtate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: ſupereſt tantum illud adnectere, ambulationes quaſlibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum ueſpere: quandoquidem matutina aluum emollit, ſi credimus Antyllo, ſegnitiem a ſomno contractam diſſoluit, ſpiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, quod humoris tranſitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, ſcribit: ſicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum ſoluere confirmat. ueſpertina uero ad ſomnum hominem praeparat, ac inflationes diſpergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accuſatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa ueſperam ambulare, ac rurſum conquieſcere, & deambulationem repetere. Poſt cibum diximus exiguam ambulationem aſſuetis conuenire, atque illis, quibus non ſine labore in fundum uentriculi deſcendit cibus: illis pariter,

3. Sympto. prob. 1.

B (margin letter at "ram nauant")

Cap. 11.

C (margin letter at "adnectere")

2. de diaeta.

lib. 1. chro. cap. 4.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambulationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Aretaeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione. iam cetera aggrediamur.

6. de tu. ua. cap. 7. 2. de cóp. med.

Cel. lib. 2. cap. ult.

1. d diaeta.

E

Explicit Liber Quinctus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. *Cap. I.*



OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstrauimus, hãc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auer-
B roes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu sortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, censuit Rufus Ephesius. debent quoque huiuscemodi exercitationem auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur. quam sentẽtiam nisi medicorum auctoritas cõfirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. modo hernias, modo uarices, mo-
C do ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierum petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stando, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuisse, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoque scimus omnes, laboriosum uirum exstitisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus affligtabatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae: quoniam uel in sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demum eua-

6. coll. & cap. 1.

ĩ lib. de passionibus renum.

Saty. 6.

Plut. ĩ eius uita.

euariantur ſtandi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & uel iis totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus ſcilicet, & ſummis digitis ſtamus. Ante cibum ſtare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, aſthmaticos, & difficiliter ſpirantes adiuuat, uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & ſiquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices ſupplere poteſt. Vertiginoſis tamen, & quibus ad ſuperiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ſtatione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam ſimilis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod ſcripſit Ariſtoteles) minus homine tuſsire, minusq catharris uexari crediderint: quoniam ipſis minime erectis ſtantibus haud ita uapores natura ſurſum tendentes in eorum capita ferri poſſunt. Qua item ratione eos omnes damnare uehementer ſoleo, qui, ſi alto capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum potius contrarium eueniat, ut ſcilicet qui humiliori, & fere ceteris membris aequali capitis ſitu dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluant. Quamuis ſecus iudicandum ſit, ubi quis uentriculi in conficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in caſu Poſidonius apud Aetium magnopere ſtudendum eſſe iuſsit, ut in decumbendo caput altiori ſitu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accommodetur, & ob id nutrimentum minori moleſtia coquatur. Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum ſtãt: ſtare etenim pauco tempore exiguum quid prodeſſe, neque multum obeſſe poteſt. Qui porro communi illo effato, Prandia poſt ſtabis, inducti, poſt ſumptos cibos ſtare delectantur, ij ſcire debẽt, ſi mediocri quodam tempore ſtetur, deſcenſui ciborum in uentriculi fundum inſigniter cooperari, & conſequenter illorum concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laeſionem afferre: uerum ſi multo tempore ita quis permanſerit, praeter moleſtiam, qua ob ciborum interdum pondus, praeter laſsitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offenſiones ſubire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia ſuperiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat, atque inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque ſpirationem uniuerſam non parum labefactat, uti ex difficultate ſpirandi tunc apparente facile quiſque cognoſcere ualet: poſtremo renes, atque ueſicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex ſimili ſitu ad eas partes deferuntur, renesq. &

Petrus Apponenſis 5. partic. prob. 1.

lumbi

A lumbi uehementer incalescunt, debilitanturq. ut nō temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renum laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stātibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole magis deuri, quam dum mo-
B uemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi cōsentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex Antylli sententia leguntur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretnr non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius
C maior non modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: sin autem antea quam corpora soli exponantur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impasibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

quaeuis

lib. de affe ren.

5. sectio. prob. 54.

lib. 3 c. 5.
Lib. 3. c. 6.
9. de cōpo. med. s.l. c. 1

Plin. nepos lib. epist. 5.

Gal. d̄ causis morb.

Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter iis, quibus calor D natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiritumque crassiorem, densioremue efficiens, asthma, & orthopneam exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, E nempe quae supra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radiis minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus calefacere; qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, F & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque calcibus innixos non modo laborem, ac molestiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quemadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequẽter utatur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis aliis prospectare ualeant, cuius gratia ab antiquis speculator, siue σκώψ pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbellae formam supercilicijs admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

[Margin notes: 6. epid c6. 1. aph. 10. 2. de tu. ua. cap. 12. — Lib. 1. ser. 3. cap. 32. — 2 partic. prob. 9. — lib. de causis morb.]

De

A *De pugnarum effectibus.* *Cap. II.*



PVgnarum, quae maioribus nostris ad ualetudinem inseruierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinēt, aliae fiunt cum armis fictis, neque incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnam aut palum, aliae aduersus umbram. atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat. renibus item laborantes huiusce modi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra mōstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis uitijs quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tamquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

[Marginal notes: 6.epid cō. 1. aphor. 6. 6.coll. c. 2. — B — 2. d̄ tu. ual. c. 8. 10. & lib. 1. fen 3. doc. 2. c. 2. — Lib. 1. chr. cap. ult. — 6. epid. com. 1. aph. 5. — C — 2. d̄ tu ua. cap. 10. 6. collec. cap. 29.]

& uim maiorem corporibus inferre, quam ista: quoniam, ut ab Ale D
1 Libro. Prob. 110. xandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae, fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem
loco citato laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem al am E spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Aeschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem,
2. de tu. ua. cap. 10. quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia F postquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit.
» Tum hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt de pugna illa sermonem facere quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hãc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea ꝙ cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusque necem, plerumque terminabatur. Unde neminem non uidere arbitror,

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quāque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

lib.3. c.13. lib de cōp. cap.18. lib.28. c.1.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. Cap. III.



MVLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad- numerans

2. de tu. ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2. de tu. val. cap. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib. 3. c. 3. cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
lib. . . c. 17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra-
Li. 1 fen. 3. doc. ?. c 2. hendi facultatem posidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
2. de diaeta. crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
lib. citato cap. 11. sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
Lib 4 c. 4. num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citato partes corroborare in animo est, sicut iis ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in iis qui ab arida tussi
exagitãtur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλε-
θρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for- E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis,
quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
uexatur, ualde obesse reor, haud secus atque capitibus male affectis
uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
nibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosas, tum apo
pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
tationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
in Miscel. cap. 38. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
proinde sine ui, aut robore quodam peragi posit. Vnde in huiusce
modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet,
sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã
podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudi
nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2. de tu ual. cap 9. non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno
loco citato nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
comprobata, quae, quod aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui
conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto B si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cõplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum in- C uicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibns nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui nõ sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utãtur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5. cap. ult.

D

De spiritus cohibitionis facultatibus. *Cap. IV.*



Cap. 6. Etentionem spiritus speciem quandam exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam, non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo propemodo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tātum ab ipso quaedam impelluntur, quaedā trahuntur, nam trudūtur quae ante occurrūt, attrahūtur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraq. coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, necnon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumentorum

(Marginalia: 2. partic. Prob. — 2. de diaeta. — 3 de tu. val. cap. 2. — in lib. artis med. c 87. — Li 1. fen 3. doc. 2 c. 2. — E — F — in symp. 2. partic. Prob. — li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.)

A torum reſpirationis intemperie contractam exſtingui teſtatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione anguſtos quoslibet meatus ſpiritus compreſſus penetret, cunctaque ſic adaequentur, & ad temperiem priſtinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc ſententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui ſpiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obſeſſa gerunt, quiq. expulſiones quaſcumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oſcitationes & pandiculationes calido flatus diſsipante huiuſmodi ſpiritus retentionem ſoluere clarum eſt. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6 Epid. longam reſpirationem crebrarum oſcitationum eſſe remedium. In reſolutione linguae exerceri ſpiritu retento probauit Celſus, ſicut & Aetius in omni uocalis inſtrumēti reſolutione: uim
B namque expultricem excitari, atque confirmari in ſpiritus cohibitione, argumento ſunt multi, & praecipue pueri, qui ſiue plorando, ſiue ridendo, ſiue alio pacto ſpirationem contineant, aut in ipſo actionis tempore, aut paullo poſt, modo ſtercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: ſimiliter obſtetrices iſtud teſtantur, quae ad partus expulſionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes ſpiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipſas ſaepe errare ſcribit Aetius, quando ex nimia huiuſcemodi ſpiritus cohibitione aneuriſmata, ſiue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenroar teſtatus eſt. Dicebat Ariſtoteles ſpiritu retento melius audire nos, quoniam reſpiratio ſtrepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:
C quamuis Caſsius Medicus aliter ſentire uideatur. Exſtat item Plinij auctoritas, quod euerſos ſcandentesq. ac iacentes, ſi quid ingruat, contraque ictus, ſpiritum cohibere ſingularis praeſidij eſt. Si igitur a ſpiritus retentione tot commoda oriri conſtat, prudenter ſane Coelius Aurelianus ipſam aſthmaticis, ſtomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praeſtare ſcriptum reliquit. Neque tamē huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipſam aliqua ex parte obeſſe credamus, quandoquidem Aſclepiades caput opplere teſtatus eſt, cuius ſententia a Galeno certe exploſa fuit. Ego uero illam prorſus non eſſe repellendam puto, quoniam manifeſto conſpicimus, dum ſpiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumeſcere, oculos amplificari, genas ac uniuerſum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia eſſe, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

[Margin: te trab. 4. ſer. 3. c 10. 11. partic. prob. 48. Prob 20. Lib. 27. c. 6. Li. chro. 3. cap. 1 & 2. lib. 4 c. 7.]

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum reten- D
tum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium
lib. 1. c. 4. laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum E laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus iis peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: F alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

Coel. lib. 2. cap. 13.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione & cantu. Cap. V.



Vocis multas, sed unam praecipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionẽ, sermonem, risum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perspecta nihil remanebit,

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna condicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus asiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq. tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumentorum humiditates inter- B nae consumuntur, quod euidētisſime declarat densus uapor ex ore uociferantiū prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impasibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quē admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au- C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsesis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantisſimi sententia, quod in elephanticis, *ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ καίριόν ἐστι*, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā

malo

Oribasius lib. 6. c. 8. lib. de tuē. san. lib. 1. c. 29. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3. d. 2. cap. 2. 6 colle. cap. 2.

Alexan. 1. prob. 87.

malo corporis habitui, qui a Graecis *καχεξία* dicitur, eandem conducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam, & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores sonos inspergendo ceterum qui ex silentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq. uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uocalia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namq. exercitationem a cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote ne scio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instrumenta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter addidit (si ferre ualeat aeger) Nam ea uociferatio, quae uehementius peragitur & interdum *ἀναύδησις*, ab Aretaeo *φωνχσκίη* uocatur, uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue *λυπέειν*, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praesertim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden

tibus

[Margin notes: D; E; 2. d diaeta.; Cap. 7.; Lib. 1. chr. cap. 4.; 2. de cur. chro. c. 6.; In li. de p̄ceptionib.; li. d instr. odor.; F; 7. de cōp. me. s l. c. 1.; 4 de locis affe.; lib. 5. epist.]

A tibus cruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & exspirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magnitudine, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus distribuantur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt; mediocriter autem uox edita capiti prodest: cauendum est quoque ab eius usu post cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Aristoteles, histriones, choros, & huiusce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu B tarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre potest, qua uociferatio destituitur. Nam scriptum est ab Alexandro, onera portantes, si cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis, ac numerorum suauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes- C sus est) tibias & sonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seiungerent. De cantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum insanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

1. cur. chr. cap. 2.

partic. problem. 11. prob. 22.

li. d tué. ua.

libro. 1. probl. 76.

19. partic. prob. 1.

Loco cita.

li. 1. chro. cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Verumtamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

in lib. de tuen. ua.

loco citat.

Gal. li. 7. d cõp. med. sm loc. c. 1

De

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus.* *Cap. VI.*



LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegãtissimus claram nuncupare maluit; lib. 1 c. 2. cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere li. d tu ua. B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quo loco citat. rum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. lib. 1. chro. cap 1. & lib 11 epist. 97. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidẽ per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum Li. 9. epist. epist. ad Iu. paenult. uociferatione procedendo legant. Sic ad ptisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem fa- Cel. lib 2. cap. ult. ciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiendũ, loco citat. deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehementius facta lectione, quam Celsus etiam in tus lib. 4. c. 4. si sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post

ciborum

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestãtes minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamen praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam iis in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue aliis eius affectibus sermonem interdicendum fore. sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque F hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere. quam sentẽtiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Mesium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutar-

[Marginal notes: 18. partic. prob. 1. — E — Oribasius lib. 6. c. 7. — lib. 4 c. 4. 5. Meth. — 6 Epid. com 3. — in lib. de loquacitate in fine. — lib. 27. c. 6. — loco citato]

chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupiētibus sufficere possunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae sunt excercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum exsistit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεστον, sicuti grammatici γέλως ab ἕλη quae uox caliditatem significat deduci B tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, post cibum cōmendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de caussa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolen- C tes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

11. partic. prob. 13. & 15. & 35. part. prob. 8.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, idest

2. de repu.

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituū effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur-

loco citato lib. 1. prob. 19.

sum

ſum efferri, ſic per alimenti deſiderium ima patere neceſſe eſt: igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta calor inſitus interit, &
uis omnis uitalis euaneſcit. ut non abſque ratione Homerus finxe-
Odyſſ. 5. rit Procos riſu emori,

Ἀτὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, ideſt,
tum Proci illuſtres
Manus extollentes riſu emoriebantur:

li. 2. de paedia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, riſum huiuſcemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodeſſe. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dorſumque oblaeſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & con- E
2. Tuſcul. tenſa robuſtiora euadant, Ciceroq. ſcriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſe, ut ſe intenderent ad firmitatem; exiguum tamen uſum in tuenda bona ualetudine habere certo ſcimus: pueri namq. fortaſſe a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu inſueſcunt, quippe qui ſtatim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius cauſſam So-
in Iſagog. cap. 17. lib. 1. prob. 61. ranus epheſius explicauit eſſe; tum quia tenuis ſpiritus a luce concutitur: tum quia inſuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam ſententiam ſecutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos eſſe, qui animum dicant, quod amiſſo caeleſti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nuſquam ui- F
loco citato 5. Aph. 54. 1 de tu. ſa. cap. 8. deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Ariſtotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque atteſtari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto ſpiritu ob uires defatigatas reſpirare ſentit. qui item a fletu nonnumquam febres accendi perſpicue teſtatus eſt. quā tum ſubinde oculis ipſis detrimentum afferat, inde conijcere faci-
In proh. liter poſſumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (ſi Caſſio medico credimus) defluentibus eos conſumi neceſſarium eſt. ut
lib. 6 cap. d cur ocu. ſumma cum ratione eloquentiſsimus auctor Cornelius Celſus continuos fletus oculos imminuere ſcriptum reliquerit: ne ſileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia inſtrumenta inter flendum madefacta, exaſperataue, eam raucam efficiunt, tuſſesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco simi lẽ uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale 4. de pla Hip. & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

CRICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com B pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio de- 6. collect. cap. 26. scriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus igno- Oribasius loco citato ret. Illam itaq; inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum es- C se omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur cum aluum citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusq. crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de

bent; quoniam in alteris ſpiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos mor-
bos ouent, ac incredibiliter augent. Inde eſt, quod Aretaeus in cu
libro. 1. fen. 3. do. 2 cap. 2. ratione, epilepſiae ſolam eius uertiginis inſpectionem, quam facit
inſtrumentum illud, quod βέμβικα dicunt, & de quo ſupra ſumus
locuti, epilepſiam inducere monuit. Hoc fortaſſe exercitationis ge
nus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retor
tis dictis alſulegian cum pila magna, aut parua lignea, niſi quod il-
lud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nomi-
nans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile, ſolisque
paruis ſphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus,
quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum fer
reum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas ap-
proximando, quod quidem genus dorſum ob inclinationes conti- E
lib. de off. ren. nuas exercet; attamen caput offendit, atq. renes in quorum ulceri-
bus ἐξαπιναίως ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. ad-
5 de tu. ua. cap. 3. modum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Galen. exer-
citationes inclinato capite, dorſoue peractas nequaquam illis con-
uenire, q occaſione qualibet leui uertigine, epilepſia, ophthalmia,
auriū dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationi-
bus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequentior
eſt pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnaſtas caruiſſe ne
mo non fatetur; ſed quanto magis temporibus noſtris penes cun-
ctas nationes ipſa inoleuit, tanto magis neceſſarium uidetur illius
facultates declarare. Nā quod ex magnis ſit exercitationibus, ac ue-
hementibus facile eſt & a labore, qui ſuſtinetur in ipſo, & ab eius
natura conijcere; a labore, quoniā ſudor, defatigatio, rubor faciei, F
ſpirationis magnitudo ut plurimum in ſic ſeſe exercentibus oboriū
tur; ex natura uero eius, quia cū, & deambulatio fere continua, ac
reflexa, & brachiorum iactatio, dorſiue totius obnixio quaedā adhi
beantur, indubitatā fidē faciunt, nequaquam abſq. uiolētia, aut ma
gnitudine huiuſcemodi exercitationem conſiſtere. & iccirco pro-
babile ſit, ipſam calorem natiuū augere, excrementa euacuare, ſom
nos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humo-
In conſ. de pu. epil. ribus conferre. At caput ab eadem repleri certū eſt, quando Galen.
hoc uitium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit.
Quantū porro ad particulares effectus pertinet, in hanc ſentētiam
uenio, pilamallei exercitationem praecipue brachia, atq. dorſum
exercere, ſecundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui
mēbra iſta confirmare ſtudent, quiq. multitudinē ciborū perbelle
confi-

A conficere, succos utiles p uniuersum corpus distribuere, & superflui tates, tam per sudorem, quam per secretam difflationem exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de caussa destruuntur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum ualent, quiq. renes calidos, urinasq. acres habent, ex talibus motibus summopere offenduntur, sicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandũ pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria tene B re operaepretium est, quae de exercitationibus bona a nobis promittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum seruetur, quam in 4. lib. necessariam esse monstrauimus. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorũ inemendabilia mala succedere: quẽmadmodum saepenumero in proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum fere post prandium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, nõ sua culpa, sed exercentium incuria perniciosas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus nostris in exercendis corporibus obseruatã, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atq. membrorum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno nostro, ma- 5.đ tu.ua.
C gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionẽ sortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorsum, alterum, quod illis euitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit, Galenum uoluisse, in senibus debiles partes numquam exerceri, in alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas cõsulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta nostra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere uideamur. 5.de tu.ua. cap.5.

De equitationis facultatibus. *Cap. IIX.* D

1.de tu.ua. cap.8. 6.epid.cō.1 aph.6.


Quitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes simul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quo circa, quantum sit ex se, poterit natiuū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autem nō parua differentia, an equus (sic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an asturco sit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione scriptum inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquā uerba faciens Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnam parere, hominesq. infoecūdos & coeundi impotentes reddere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sententia Hipp. dānanda uidetur, quod Aristoteles contrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescentia spiritū concipiunt, sicq. coeūdi cupiditas inducitur: siqui dē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, ut pote quae leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū succussante, sed non admodū frequenter exercetur, uerba facit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laboriose concutit, & magis adhuc omnibus alijs exercitationib. Vnde ab Alexādro Tralliano in dolore capitis, quē caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachū firmat. ut non immerito scriptū sit a Plinio, equitationē stomacho, & coxis utilissimā reputatā fuisse. qua itē ratione in singultu curādo ab Aetio usurpatur; sensuū instrumēta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutā aluū & fluentē, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassesacit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduersatur, necnō uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitationē uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obesse scripsit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū posteriorū extare sentētias reperio. Themison Methodicorū princeps in coxēdicū dolore, ἰσχιάδος noīe a graecis appellato,

Oribasius li.6. c.24. Aet. lib.3. cap.7. in li. de aere aq. & lo. cap.11. 4. sectio. prob. 11. E

locis cita. F

lib.27.c.7

Lib.9. c.3. Aet. li.11. cap.30. loco citato

A pellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: post ipsum idem confirmauit Theodorus Priscianus, &, quē modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehemēter coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus B proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret. Coel. lib. 5. cap 1. li. 2. ad Timo. c. 21. Libro. 4. cap. ult.

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor. Cic. 2. Tu.

Quod item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi. Nonius Marc.

Ad haec succussationem uehementer caput offendere, collum & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc C proposita talis est, a qua non solum interiora omnia concuti, uerum etiam suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unum habere iuuamen potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis commoda haec cōpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia. 2. de tu. ua. cap. 11. li. 3. fen 19 tra. 1. c. ult. Lib. 14.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D
in libr. de paruae pilae ludo. dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex casu emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sanitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq.
2. de diaeta. lib. 5. c. ul. extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Arist. caussam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus
Sect. prob. 13. calefaciens ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occursans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit praeterea haec equitatio tã thoracem, & pulmonem, quam uiscera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis, alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usq. adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot osium fracturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinẽ, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equi- F
tationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
locis citat. ranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur,
In Isagog. cap. 13. uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galen.
6. Epid. com. 3. aph. 2. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest. nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatius feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-

chum

A chium firmando: ſenſus expurgando, acuendoque: ſed pectus, atque pedes debilitat.

De geſtationum in uniuerſum uiribus. *Cap. IX.*



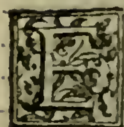
NTEQVAM geſtationum ſermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter geſtationis ſpecies repoſuiſſe, inter quos fuit Aetius Amidenus; ſed nequaquam horum opinionem ſequi uoluiſſe; tum quia Cornelius Cel. antiquus ſimul, & celebris auctor, ubi geſtationis ſpecies adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quaſi alienam a geſtatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuiſſe lib. 3 ca. 6. lib [2]. c. 15.
B conijcitur ex Antyllo; tum quia expreſſe Gal. geſtationem, & equitationem diuerſas eſſe declarauit in: 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinſeco, ut geſtationes: alias mixtas eſſe, qualis equitatio eſt; tum quia, ſi geſtatio, ut definiunt omnes auctores, mixta eſt ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerſo autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abeſt, in qua ſcilicet manifeſtiſsime omnes fere corporis partes moueri conſpiciuntur. ſed iſta parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius ſeparatim de equitatione ipſa uerba fecerunt. Hanc inquam geſtationem ab equitatione ſeparatam, necnon a graecis αἰώραν uocatam, multas quidem habuiſſe ſpecies, in ſuperioribus declarauimus: at quae omnibus uniuerſali geſtationis nomine comprehen-
C ſis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus ſingulis adſcriptos perſequemur. ſed prius id ignorari nolo, ſaepenumero apud auctores reperiri geſtationes, & exercitationes ſimul nominatas, quaſi utraeq. inter ſe differant, quorū ſententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus geſtationibus exſiſtunt, non autem de communiter acceptis interpretandae ſemper erunt. Eſt igitur geſtatio ſecundum Antylli, Aetij, atq. Auic. ſententiam, inter placidiſsimas, atque debiles exercitationes, & propterea non ſolū ſanis, & ualetudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae ſunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celſus Aſclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad diſcutiendam eam geſtationis uſum locis citat. loco citato

comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit E
loco citat. Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cōtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stomachicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in atrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati sunt, F
7. Meth. atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atq. thymum efficitur.

lib. 2. cur. chron. c. 7.

De

A *De gestationum in uehiculo, lectica, atque sella particularibus uiribus. Cap. X.*



Xplicatis ijs quae ab auctoribus de gestationum facultatibus in uniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores.s. medicinae, q̃ñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ possit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar li. 34. c. 27
B gentea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus; mulis. s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã q̃uis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen lib. 2. c. 15.
tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa 2. d tu ua. cap. 11.
nis, nisi aliter exerceri impediãtur, minime omniũ cõueniat. Vale- 5. d tu. ua.
tudinarijs, atq. senibus magis, queãdmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad exspirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib. 5. c. 6.
plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1.
iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginem ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnon in hemi

5. de ta. ua. cap. 3. cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retrouersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iuuamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quando is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

loco citato

Pelle soporiferi senium, nubemq. ueterni,
Atque alacri medium carpe uigore uiam, E
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Cantherij manneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacientem, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a Coelio commẽdatam inuenio: quam item ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti optimum praesidium usurpatam fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blandior exsistit, sic quoque plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id F factum credo: non ut simili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexãder ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uẽtorũ flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis caussis homines sani urgeãtur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniã, praeter agitationẽ illam, quae plurimorum capita uexare consueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verum enimuero haec particulari cõmoditate nõ mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, q sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad exercẽda corpora, sed ad obeunda negotia necessaria, citra motus dãnum, aut solatij,

li. 1. c. ult. loco citato

Curtius

&

A & exhilarandi animi gratia; quemadmodum factitasse Augustum, quan-
do a coena se in lecticulam lucubratoriam recipiebat, auctor est Sue-
tonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spe-
ctat, duplex fuit illius apud medicos gymnasticos usus, aut gestatis se-
dentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica gestari, ut
Aurelius, Aetius, & Auicenna memoriae mandarunt, qui lethargi- inde citat.
ca febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur,
hydropici, secundum Trallianum sententiam, apoplectici, resoluti, nephri- lib. 9. c. 5.
tici, ac podagrici. siquidem haec commotio per lecticam habita (ut
ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsioni aptã efficit.
prodest subinde talis gestatio iis, qui diuturna imbecillitate laborãt,
qui elleborum sumpserunt, itemque uigilantibus, aut segnitie, & pigritia
quadam oppressis, atque iis, quibus [illegible] in modum [illegible]
B retentus est, [illegible] cum intentione illa sedeant. Caeterum sedentes in
lectica, secundum Aetium, portari debent, qui in integra febrium declina-
tione consistunt, eadem ratione, & illi, qui alias exercitationes obire
nequeunt, qui diuturno aliquo, & leui morbo implicati sunt, qui, cum
adhuc imbecilles sint, uires resuscitare cupiunt, qui tarde alimenta cõ-
ficiunt. Ex quo prudenter fecit Cornelius Cel. ubi phthisici ambulare
nequeant, lectica eorum corpora dimouenda consuluit, quemadmo-
dum Alexander Trallianus, si quid aliud huiusmodi gestationes
& naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quam for-
minam uocare maluit eloquentissimus Celsus, gestatio facta, tametsi lib. 2. c. 15.
apud auctores saepenumero cum lectica cõfusa, atque eadem inueniã-
tur, nihilominus in duobus ab illa diuersam extitisse puto: primo,
quia lectica duorum hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi
C Neronem cum matre in lectica quandoque uehi solitum scribit, quod mi-
nime de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdum sex ser-
uis, interdum octo, interdum pluribus gestabatur. sellam autem tamquam bre-
uiorem, & unius duntaxat capacem a paucioribus gestatam, uerisimile
uidetur. Neque enim aliam inter se maiorem differentiam temporibus nostris
sella cooperta, & lectica obtinuerint, quam quod altera a duobus feratur ut plu-
rimum gestetur, uniusque duntaxat capax est, altera a iumentis portatur,
& duos continere ualet. In sella sani gestabantur, deliciarum potius, &
maiestatis ostentandae, quam ualetudinis gratia: quemadmodum Plinium ex Romae
uectum, ut etiam inter eundum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. lib. epist. 3.
Celsus hanc sellarem, & simul lecticarem gestationem nauigationi, quae
in portu, uel fluminibus a fit uehementiorem facit. Porro fiebat hu-
iusmodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum sedẽ-
do, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, qui

recta

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D
centes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora
Lib.2.chr. cap ult. urget. quod si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur,
Oribasius loco citato modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cõ
suluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. se
brem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ per-
ueniunt, uel quorum longa admodũ remissio est, uel qui febribus
tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit
haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in do
lore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio
Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis li-
bris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus ge-
stationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo
morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuien E
te, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acer
biora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dissipare
utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic
calorem augere, spiritusq. & humores nõdũ quietos, & repurgatos
exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendũ est, ne cre-
scentib. crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quae-
uis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis,
atq. illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. Cap. XI.



QVI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, dua- F
bus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est;
tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã,
ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti poste-
riores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt;
Loco citato. quanquam grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tãtummodo
administrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae,
neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cum aeger resurgit,
ipsum lecti motu concutiendũ praecepisse inueniatur. Verumenim
uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, pro mul-
tis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uolue
runt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestationem tã ante
cibum, quam a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut
diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere
non

A non ita ualent, aut Elleborum sumētes a tali gestatione utilitatem recipere iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetētia ciborum deiecta eandem prodesse experimentis inuentum fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā censuerūt, quo blanda illa agitatione spirituum perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodium quoq. esse, monstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes in pensili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilem aliam lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumentis uoluit uni pedi lecti funiculum esse subiiciendum, atq. ita lectum huc, B & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenum Aetium signi ficare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illud exercitationis genus existimo, quod ab Auicenna sub cunarū reuolutione descriptum fuit, atq. idem nomē usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recenseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, non sanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde prostrati fue runt, aut secundum Celsum alicuius mēbri resolutionem patiūtur. quin, si talis gestatio suauiter administretur, praeter somni iucundi C tatē q̃ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguendis conducit, appetitū mouet, & naturam sopitā exsuscitat. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere omnes nauigationem, q̃ ceterarum omnium lenissimam fecit Cornelius Cel. sed & huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidem non parū interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis, lacu bus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniā ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationē magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia exsi stit in fluminibus nauigatio, nēpe quae auctore Plutarcho timori- bus

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato

lib. 2. ad Timo c. 2.

lib. 3. c. 12.

loco citato

lib. 1 fen 3. doct. 2. c 2. 1. de tuen. ual.

loco citato

14. partic. prob. 11. & 12.

in probl. nat. bus carens nauſeam ullo pacto nō cómoueat.uerũtamen tam haec, D q̃ illa,quae exercetur in ſtagnis,in capite male affecto incongruae a
lib.1.c.1. Coelio Aurel.iudicantur, ꝗ humectãtes caput terrena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praeſtantior creditur, quoniã mari ſemper uapores ſicci, & calidi educũtur, qui latenter,ac ſenſim nauigantium corpora recludunt,necnon ſal ſae proprietatis cauſſa excrementa abſumũt, atq.hominum habitus quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuſcemodi exercitatio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, & priuatim a Celſo in tuſsi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capitis,in epilepſia,ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in pthiſi, in icteritia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie commendatur.In phtiſi nãq.praeſtantiſsimum remediũ nauigationem
lib.28. c.4 ſemper a Maioribus habitam fuiſſe,teſtatus fuit Plinius, qui hac ra- E
lib.31.c.6. tione phtiſicos Aegyptũ petere cóſueuiſſe refert, quo cũ Annaeus
epiſt.lib.5. cap. 61. Gallio poſt conſulatũ iam fere phtiſicus, & Zoſimus Plinÿ nepotis libertus ſanguinis reiectatione laborãs profecti eſſent,ad ſanitatem reſtituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine fal ſo inſcriptus in 1.de re medica lib.dicat phtiſicis magis cóferre in ſal tibus,ubi pix naſcitur,habitare,q̃ in mari nauigare.Porro ex maritimis nauigationibus leniſsimã dixit Celſus eam,quae in portu efficitur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cum fluuiali, & ſtagnali improbauit Aurelianus.Quae uero in litoribus exercetur nauigatio iucundiſsima habetur,de qua celebratum hoc prouerbium nar
1. Sympo. rat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος.i.nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucun diſsima.haec ex communi Auicennae, atque Aetij ſententia prae- F cipue prodeſt hydropiſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq.ſecundum Coelium nó paruũ auxiliũ praeſtat: quãuis enim a principio ſtomachum ſubuer tat,paullo poſt tamẽ aſſueſaciens illum ſedat, quinimmo,ut dicebat
lib.37. c.6. Plinius, uomitiones illae inſtabili uolutatione commotae plurimis morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq.omnibus, propter quae bibitur elleborum,medentur. Verum geſtatio in alto mari peracta reliquarũ uehementiſsima exſiſtit,& mutationes plurimas, atq.maximas facit, nimirũ cum animus mixtos affectus habeat, & triſtitia, & ſpe,timore, atq.periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in anguſtijs, & periculis uerſantibus nauigantibus, quae ſimul omnia
lib. de cau. nat. magnã uim habent,ut quoq.Plutar.cognouit,ingentes uomitus có citandi, ac conſequenter omnẽ uetcrẽ morbum profligãdi: & proinde

A inde iure dixit Auicen. nauigationem hanc ad exstinguẽdas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodum (dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cõcussionem affert: ex quo fit, ut ferme accommodata sit iis, quibus etiã gestatio in curribus conuenit; nisi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterũ quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugienda est, cum motus acutissimos, dũ nauis a uento impellitur, uehementissimos, & neutiquam cessantes, sicq corpori intensissimos habeat. Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemque maritimam ui- Oribasius lib. 6. c. 23.

B tam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ διοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἔτη νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omniũ ab antiquis in existimatione habitam fuisse, ꝙ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audẽdum fortiores, & animosiores redderet, iã satis monstrauimus: ideo uires eius perquirere solum restat. Nam uarias hanc quoq. differẽtias habuisse reperio: siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte nascentibus, aut in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: lib. 3. c. 14.

C si in dulcibus, aut fluuiis aut lacubus, aut stagnis: atq. hae omnes uel in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus, quas omnes calidas esse, & Aristotelis auctoritas & ratio, & experiẽtia demonstrant, peractam improbauit Antyllus, tãquam impleat, eam tamen in paralyticis curandis adiumentum praestare, credidit Coelius Aurel. ita. s. administratam, ut patientibus partibus inflatae uesicae adiungantur, quo natãdi laborem minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrem uitanda plerũq. est: quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humiditatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus fluuiales minores sanis corporibus noxas inferũt, potissimumq. ad inducẽdum somnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi scribit, 24. partic. Prob. lib. 6 c. 27. lib. 1. c. 1. & li. 5. c. 2.

-ter uncti lib. 2. serm.

Trans

Sat. 2. *Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* D
perniciosissimae uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, uerũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores, & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum non sentiũt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natationes maritimas in paralyticis; ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. ue- E
rũtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor nataciones sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nõ solum marinam natationem, sed qualemcũq. aliam capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natãtium, tũm continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus phi-
23. partic. Prob. 12. losophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, sedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulẽtius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. Est prae- F
terea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ aestate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae mi-
lib. 31. c. 6. nus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in iis, qui cutem corporis densatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

A nem praeſtat: exuberãtes humores diſsipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipſam in arthriticis laudauit Aurelianus, ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affuſam remedium eſſe dixit, ſicut, & Celſus pro regio morbo laborantib. in aeſtate, & Herodotus apud Actium ad euitandũ aeſtũ frigidam natationem cõmendauit. experientia tamen conſtat, ſi quis ea frequẽter utatur neruos laedi, & interdum ſurditatẽ contrahi, quod Agathinus apud Oribaſiũ confeſſus eſt. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quae ad gymnaſticã quidem medicã pertinebant, ſed minime ſemper in gymnaſijs exercebãtur. illae uero, quas in gymnaſijs ipſis fieri conſueuiſſe in 3. lib. ꝓbauimus, ſiue ĩ piſcinis, ſiue in amplisſimis labris agerentur, duos praecipuos fines cap. 14.
B ſecundũ opinionẽ noſtrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, ſicq. mẽbra copioſius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo ſeſe fruerentur: quandoquidẽ aqua mota, & praeſertim balneorum ſuaui illa attrectatione ſingularem quandam delectationem affert. De piſcatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis ſentẽtia nec animo, nec corpori prodeſſe, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incũbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere ſub nauigationẽ reducitur, ut eadẽ repetere non ſit opus: tũ quia a medicis prope nullis eã in uſu habitã eſſe cõſtat: niſi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piſcatoria moueatur, & ob hoc piſcationẽ nullam calorẽ natiuum augere credendum eſt, cũ & 7. de legib. in ſophiſta lib. 3. c. 13. loco citato
C Ariſt. ſcripſerit, piſcatores marinos, ideo ruſo colore exiſtere, quoniam intus frigent, extra uero quaſi aduruntur: habẽt. n. qui in mari piſcantur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionib. ſubiiciũtur: quin ſi putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõſumiturq. ut magna cũ ratiõe ſcripſerit Gal. piſcatorũ habitus duros, ac ſiccos eſſe, eorũue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac ſi ſalita forẽt. Quod uero ſcripſit Suet. Auguſtũ interdũ hamo piſcari cõſueuiſſe, id potius animi laxãdi cauſa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. ſect. 38. prob. 2. 1. de ſimpl. med. 6. d comp. med. ſ. l. In vita Auguſti. c. 83.

De uenationis conditionibus. Cap. XIII.



VEnationis exercitationem comparans ludo paruae pilae Gal. illud ſolum inter ipſas diſcrimẽ poſuiſſe uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuiuis exercitatu facilis eſſet: altera uero pluribus inſtrumentis opus haberet, neq. ab omnib. ſed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer libro 2. de paruae pilae luco.

ceri

ceri posset. hoc autē licet Galeni forsan tēpestate, atq. etiā in aliqua D uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere cōpertum est, quando saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumētis rusticos, atq. pauperes uenandi exercitationē frequentare cōspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. paucio-

2. d tu. val. cap. 8.

rib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal. uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirū in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eā his facultatib. praeditā esse, q corpora uehementer calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes mi E nuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, q Razes Arabs auctor gra-

in 3 com. trac. 13. c. 2. Lib de pu. epil. com. 115.

uissimus ex Gal. sententia memoriae mādauit, uidelicet in quadam peste cōtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā exercitationē incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tamquam in his solis tota uenandi ad sanitatem, aut aegritudinem per- F tinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt omnes, quālibet uenationem, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationē exercētes, cū modo currentib. equis, modo gradientib. agātur, modo uociferare, modo quiescere cogātur, omnib partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione crediderūt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atq. crura: ego uero eā euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorem plusquā mediocrē obtinuit. siquidē multos uidere

licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius utaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas.
Saepe satisfecit praedae uenator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est virtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi ꝙ, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, ꝙ uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut nō absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominem, & beneualentem modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligenter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operam nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

Seneca in tragoed.

lib. 1. c. 1.
epist. lib. 5.

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercēdum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neq. tamen ipsum noxa penitus caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usq. adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum in cōcoquendo mirum in modum fatigent, sicq. & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.

HIERONYMI MERCVRIALIS
sex artis Gymnasticæ librorum elenchus, quorum primus liber continet.


E principijs Medicinæ Caput primum.

De conseruatiuæ partibus, & quid tractādum cap.2.

Quid sit gymnastica, et quotuplex. c.3.

De gymnasticæ subiecto, & eius laudibus cap.4.

Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnastica cap.5.

De Gymnasijs antiquorum cap 6.

De varijs hominum generibus, quæ in gymnasia conueniebant cap.7.

De gymnasiorū diuersis partibus. c.8.

De palęstra, & alijs gymnasij partibus cap.9.

De balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio cap.10.

De accubitus in cęna antiquorum, & semel duntaxat in die cenandi consuetudinis origine cap.11.

De auctoribus gymnasticæ, & gymnasiorum ministris cap.12.

De trium gymnasticæ specierum differentijs: bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica cap.13.

De vitiosa gymnastica, siue Athletica cap.14.

De viuendi Athletarum ratione. ca.15.

LIBER SECVNDVS.

QVid sit exercitatio, & quo differat à labore, & motu. cap.1.

De gymnasticę medicæ diuisione. cap.2.

De saltatoria cap.3.

De sphæristica cap.4.

De pilæ ludo secundum latinos cap.5.

De orchestica, siue tertia saltatoriæ parte cap.6.

De fine saltationis, & de loco cap.7.

De luctatoria cap.8.

De pugilatu, & Pancratio, & Cæstibus cap.9.

De cursu cap.10.

De saltu cap.11.

De disco, & halteribus cap.12.

De iaculatione. cap.13.

LIBER TERTIVS.

DE agendis, & de ratione præsentis tractationis cap.1.

De deambulatione cap.2.

An erectum stare sit exercitatio ca.3.

De pugnarum generibus cap.4.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus cap.5.

De spiritus cohibitione cap.6.

De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap.7.

De Cricilasia, Trocho, & Pilamalleo cap.8.

De equitatione cap.9.

De curruli vectatione cap.10.

De gestatione in lectica, & sella. ca.11.

De agitatione per lectos pensiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. ca.12.

De nauigatione, & piscatione. cap.13.

De natatione cap.14.

De venatione cap.15.

LIBER QVARTVS.

DE ratione agendorum, & de exercitationis vsu cap.1.

Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant: &

de exercendi necessitate, atque commoditate cap.2.
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere sentiebant cap.3.
Redarguuntur qui assuetos solum exerceri volebant cap.4.
De exercitationum differentijs cap.5.
De corporum morborum, & sanitatis generibus cap.6
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap.7.
De corporibus valetudinarijs, & senilibus exercendis cap.8.
De corporibus sanis exercendis ca 9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap.10
De tempore exercitationibus apto cap.11.
Quanta fieri debet exercitatio cap.12.
De modo exercendi cap.13

LIBER QVINTVS.

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis cap.1.
De singularum exercitationis differentiarum effectibus cap.2.
De saltatoriæ effectibus cap.3.
De ludorum pilæ effectibus cap.4.
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap.5.
De pugilatus, Pancratij, & Cæstuum facultatibus cap.6.
De cursus natura cap.7.
Quid præstet saltus cap.8.
De halterum conditionibus ca.9.
De disci, atque iaculationis effectibus cap.10.
De deambulationum qualitatibus caput.11.
Iterum de deambulationum qualitatibus cap.12.

LIBBR SEXTVS.

QVos erectum stare effectus pariat cap 1.
De pugnarum effectibus cap.2.
De quarundā aliarum exercitationum qualitatibus cap.3.
De spiritus cohibitionis facultatibus cap.4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap.5.
De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus cap.6.
De Cricilasiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap.7.
De equitationis facultatibus cap.8.
De gestationum in vniuersum viribus cap.9.
De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus cap.10.
De lecti pensilis, cunarū, ac nauis gestationum facultatibus ca.11
De natationis, & piscationis effectibus cap.12.
De venationis conditionibus cap.13.

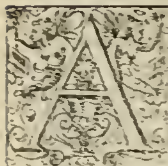
ERRATA SIC CORRIGITO.

fo 14 linea 3 a fine labetesque lege le-
betesque
15 linea 19 siue Elidie lege in Elide.
15 linea vlt. cquirendi lege acquirēdi.
17 linea 4 exercitandam lege exci-
tandam
18 linea 6 itner, lege inter.
18 linea 12 scribat lege scribit.
19 linea 11 propiugeum lege propni
geum
20 linea 4 a fine caldam lege calidā.
24 linea 9 Eoriceum lege Coriceū.
26 linea 22 fabricabatur lege fricabā-
tur.
33 linea 26 Maecenetem lege Maece-
natem.
34 linea 5 olei lege olet.
34 linea 11 a fine Inqnies lege Inque.
38 linea 24 Albero lege Abero.
42 linea 11 decimum lege decimi
44 linea 17 calda lege calida.
51 19 litore lege littore.
52 linea 12 saepto lege septo.
63 linea 11 a fine piliecripi lege pili-
crepi.
63 linea 5 a fine pedierepos lege pe-
dicrepos.
65 linea 15 a fine fornicator lege for
nacator.
67 linea 7 militaris lege militari.
73 15 a fine perficasse, lege per-
ficcasse.
73 6 a fine fere lege ferre.
75 2 victu lege victum
75 21 obtinuerint lege absti-
nuerint.
80 linea 14 contineantur, quod a nul-
lo lege contineantur, uerum
quod a nullo.
83 linea 8 a fine sphaeristirica lege
sphaeristica.
84 linea 25 immiscebat haerebat, le-
ge immiscebant haerebant.
94 linea 2 c in lege & in
108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus
126 linea 4 a fine Arataeus lege Are-
taeus.
115 in margine Pliacorū lege Eliaiorū.
135 linea 13 a fine exercitandam lege
excitandam
141 linea 9 incindentibus lege inci-
dentibus.
143 linea 10 sangnine lege sanguinem.
149 18 excitati lege exercitati.
154 9 perspirabilemq. lege per-
spirabileq.
158 19 a fine rectores lege rhetores
158 16 a fine litora, lege littora.
169 linea 7 quarūlibet lege quorum-
libet
173 19 studernnt lege studuerūt.
186 17 a fine qua, lege quae.
187 linea 23 corpori lege corporis.
224 linea 5 quodcunq. exercitationes
lege quodcunque post exerci-
tationes
230 F defecto lege defectu.
231 linea 18 quo lege quem.
232 21 remunitores le. reūctores.
238 18 viuendi lege videndi
249 linea vltima sicq. lege siq.
255 22 Theophastus lege Theo-
phrastus.
256 linea 2 satisfacere lege satiscere
255 linea 5 a fine salteribus lege Hal
teribus.
261 linea 3 a fine noce lege nocet.
262 linea 7 a fine afficiūt lege efficiūt.
279 linea 18 a fine Auēroar lege Auen
zoar
288 linea prima patere lege petere
290 linea 3 ouent lege fouent

Te monitum praeterea volumus candi-
de Lector erratum esse in ichnographia se-
cunda palestrae oblongae, cum sculptor
eam minime seruauerit in platanone, & se
cunda, ac tertia porticibus extra palestram
longitudinem, quam ratio proportionis
postulat, & quam ipsi descripseramus.

INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A


Bies est materia currib⁹ faciendis apta. 171.a
Abrahã vt De⁹ ab Alex. Se. colebatur 181 d
Academia Platonis.18 e
Accubitus consuetudo vnde manarit 53 a.b
Accubitu s viroruũ forma qualis fuerit. 53.e & deinceps
Accumbentium numerus quis esset. 54 d
Accumbentium imago 55
Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 121.c.130.f
Acidũ rustãtes vociferatione iuuant 181.c
Adolescentes cur ad gymnasia accedebant. 26.d
Adorantes erecti ex lege stabant 138.f
Æger nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205.c
Ægroti priscis temporibus palàm exponebantur, & qua de causa 1.c
Ægyptus, Homero autore, multas herbas, ac medicamenta habuit 1.b
Aer est ex extrinsec⁹ corpori accidẽtib⁹. 6.f
Ætas in exercitatione est cõsiderãda. 112.f
Aglaitades errauit, risum dicens neq; corpori, neq; animo prodesse. 161 b. 188.d
Agonistarcha quis fuerit 61.a
Albati erant vna factio Romana 168.e
Aldus Manuti⁹ iuuenis eruditissim⁹. 178.d
Alexander Seuerus Imperat. exercitationis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos coleret. 181.d. ad maiorũ effigies sacra faciebat. ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia post lectiones quę fuerint. 28.f. idem balnea virorum ac mulierum separauit 50.d
Alexand. Seuerus Imp. ferè semper frigida lauatione vtebatur, rarò calida 39 c
Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos cursu exerceri 115.c
Alexander Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134.f
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 215.a
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi sumptionem ageret 124.e
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 298.f
Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63.c
Alipta quis nam esset 63.a
Aloysius Mocenicus Frãcisci F laudat. 19.c
Ambulationes quęnam secundum Aristo. sint faciliores 217.c
Ambulationes tum ascẽdẽdo tum descẽdendo factæ qua de causa laudentur. 164.d
Ambulatio sub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celso prefertur 165 a
Ambulatio subdialis multas habet species ibidem
Ambulatio sub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuersis diuersimode accipitur ibidem
Ambulatio sub Sole minus lædit, quàm statio, & qua de causa ex Aristot. sententia 166.f. 171.a. 171.e
Ambulatio in vmbra facta, quænam sit bona ibidem
Ambulatio per arbores rore suffusas facta lepram facile inducit, & cur 167.a
Ambulatio epilepticis, & vertiginosis conueniens quę sit 167 b
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa ibidem
Ambulatio post cęnã qb⁹ cõueniat. 167.c
Ambulationis matutinæ, & vespertinæ effectus qui sint ibidem
Amycus Bibriciorum Rex cestu claruit, & fuit à Polluce interfectus 110.f
Ammon apud Oui. cestu valuit 111 a
Andreas Baulius vir multæ doctrinę. 34.
Andreas Palladi⁹ Architect⁹ peritissim⁹. 19.e
Angina laborãtes luctam effugiant. 145.e
Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13.a
Anneus Gallio sanguinem expuens nauigatione sanus factus est 179.b
Antheus secundum Platonem fuit luctationis artis auctor 105 a

Antio-

Antiochus medicus quo exercitio vteretur 210. e. f
Antioch' medic' vehiculo gestabat. 197. b
Antiq. bis in die an semel saturarent. 52. f
Antiquorũ mos vinciẽdi tpa in cęna. 57. a
Antiqui in stratis cœnabant 53. a
Antiqui omnes voluptates in conuiuiis excogitarunt 58. e
Antiquorũ studiũ in cibis ac potibus delicatissimis cõquirendis magnũ fuit 58. e
Antiquorum scripta quonam modo interierunt 161. c
Antiquorum maior pars mane vel nihil, vel exiguum quid sumebat 125. c
Antiquorum maior pars in vespere solum saturabatur 136. e
Antonius Pius Imp. balneum populo sine mercede constituit. 48. d
Apodyterium in palęstra quid fuerit. 29 c
Apodyterium in balneo quid esset 40. f
Apollini cur Athenienses gymnasium consecrarunt 8. d
Apollo iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis indicatus 130. f
Apollo iaculationi ab antiquis est præpositus, & quare 258. e
Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur 182. d
Apoplectici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 199
Aponaxis quid 85. c
Apostemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur 281. c
Apricari quid faciat 140. d
Apuleius Celsus in Sicilia quendam à cane rabido morsum curauit 4. e
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo se nobis manifestauit 4. e
Aquis medicatis etiam vtebantur in lauatione ad voluptatem 47. a
Aqua est ex extrinsecus corpori accidentibus 6. f
Aquæ omnes sponte nascentes calidæ sunt Aristot. authore 303. c
Aquarium quid esset 43. a
Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 292. f
Archimedes sæpe figuras mathematicas in corpore vncto designabat 32. d
Aristotelis sententia de gymnastica & pædotribica 10. d
Aristote. sẽtẽtia de arte gymnastica 13. a
Aristot. sẽtẽtia de motu post cibũ 222. a
Ars gymnastica, Gale. sẽtẽtia, est maxima pars facultatis conseruatricis 7. b
Gymnastica.
Ars gymnastica qb' nã reb' perficiat. ibidẽ
Ars gymnastica quomodo scientia a Galeno vocetur 10. d
Ars Gymnastica quid nã circa corpus humanum operetur 11. f
Ars gymnastica ad bonum corporis habitum acquirendũ, ac sanitatẽ cõseruandã maxime ꝓdest multorũ testimonio 13. a
Ars gymnastica homini est naturalis 13. c.
Ars gymnastica quo tpe inceperit 11 b c. d & quomodo ordinem ac regulas acceperit 15. c. 62. f.
Ars conseruatoria qualitate, quantitate, occasioneq; perficitur 7. a
Ars medica qua ratione coniecturalis efficitur & quasi incerta 216. f
Artis Gymnasticæ diffinitio. 10. f & 139. c
Artis Gymnasticæ finis 10. f
Artis gymnasticæ apud antiquos existimatio 11. a
Arthriticos deambulatio lenis, & remissa iuuat, & vehemens lædit 251. c
Arthriticos gestatione curabat Asclepiades 296. f
Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de causa 305. a
Æsculapius Epidaurius multum artem medicam illustrauit 1. c
Æsculapius sanis postpositis, solis morbosis, ac languentibus opem ferebat 1. c
Æsculapius iaculationis & medicinę Deus ab antiquis iudicatus 130. f
Æsculapius venatione summopere delectabatur 185. c
Æsculapius ab antiqs iaculationi est præpositus, & quare 258. e
Asclepiades Prusiensis orator, & medicus clarus 51. c
Asclepiades per inediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 193 c
Asclepiades infirma corpora variis exercitationibus molestabat, vt hominũ fauorem aucuparetur 205. b. 235. b
Asclepiades Prusiensis lectis, & balneis pẽsilib' in ægris curãdis vtebat. 176. f. 300. f
Asclepiadem Soranus reprehendit, q phreneticos cãtu curare profitebatur. 284. d
Assa in balneo quid esset 41. a
Asthmaticos cursu vestibus laneis facto Theodorus Priscianus curabat. 253. a Cęlius Aureli. spiritu retento. 279. c & vociferatione. 281. c Asclepiades gestatione 296. c
Athenæum quis locus fuerit. 18. f

Athenienses cur Apollini gymnasium cōsecrarunt 8.d
Athenienses post Lacedæmonas gymnasia inuenerunt 18.e
Athenienses iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulnera fierent 144.c
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnasio se exercebant. 26.d
Athletæ simplici nomine dicti q̃ sint. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.e
Athletę quo nomine à Plato. vocētur. 69.b
Athletarũ victus ratio, quæ esset 72.e
Athletæ cur pallidi fiant post labores ex Aristo. sententia 74.c
Athletæ à Venere ꝓrsus abstinuerũt. 75.b
Athletarum ęgritudines secundũ Gal. 76.d
Athlet. gymnastica saltationes habuit. 85.a
Athletæ ambulationib⁹ nō vtebant. 135.b
Athletæ aduersus palũ se exercebãt. 145.a
Athletæ ex spiritus cohibitione nō parum auxilij capiebant 154.d
Athletæ statim post exercitationem potũ vitabant, & qua de causa 214.d
Athletæ frequentissime vtebantur pugillatu, lucta, & Panciatio 148.d
Athletæ ostētationis etiam gratia spiritum retinebant 154.f
Atrophia laborantes vociferatione liberantur 281.c
Atrophiam gestatione curabant Theodorus Priscianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo stupore Ætius gestatione curabat 298.e
Author huius operis cur de gymnasijs scribere sibi proposuerit 7.a
Auditus spiritu retento melior fit 279.b
Aues in aere stare appatētes an aliquo modo moueantur 137.a.b
Auerrois sentētia de ijs qui exercitationem dimittunt 194.e
Auerrois reprehenditur, qui censuit morbosa corpora quotidie ad sudoris initium esse exercenda 209.e
Aug. Imp lege sanciuit, vt milites educerentur ambulatum in mense 135.c
Aug. Imp. scimpodio qñq; vehebat. 177.c
Augustus Impe. folle se exercebat, & qua de causa 242.f
Aug. Imp. in fine deambulationis subsultim currere videbat & qua de cã. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure sinistro laborās ambulatione in harena maximè ꝓfunda se exercebat, & qũo. 264.f
Aug. Impe. post cœnam lectica lucubratoria vtebatur 299.a
Aurelianus Imperat. thermas hyemales in transtyberina regione fecit 206.f
Aurium dolorē patientes lucta lędit. 246.e
Aurium dolore vexatos gestatione Galc. Tral. & Ætius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmo, ilice, & fraxino fiunt. 171.a

B

Balista quale instrumentũ fuit. 130.e
Balneum gymnasiorum 38.e
Balneũ loca ꝯstituētia quęnã essent. 39.b
Balneis inseruientia quę nam essent 39.b
Balneoꝶ situs ſm Vitruuij sententiã. 43.b
Balneoꝶ aer extrinsec⁹ & intrinsec⁹. ibidē.
Balnea multum calida Gal. tempore in desuetudinem abierunt 44.e
Balneorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuersa ratione vtebantur 47.b
Balneum res quadrãtaria cur vocetur. 47.c
Balneorum hora quę fuerit 50.f
Balnea semp ante solis occasum claudebãtur, nec vnq̃ ante auroram aperiebãtur ante Alex. Seueri Imp. tempora 50.f.
Balneis pensilibus Asclepiades in ægris curandis vtebatur. 176. f.d. à Sergio Orata sunt inuenta 177.a
Baptisterium in balneo quid esset 39.c
Bellorophon fuit eq̃tatiōis inuētor. 167.c
Bigis Plato animas assimilauit 171.c
Bigæ in pub. lacus frequentissimè certauerunt ibidem
Blandi Forliuiensis error de thermis 19.b
Botularij ĩ gymnasijs botulos vēdebãt. 64.e
Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videntur. 255.b
Brachia discus corroborat 257.c
Brotheas apud Oui. ceſtu valuit. 111.a
Budaeus fallitur 17.a
Budęi error 145. b
Budęus defensus a Cornario. 119.a

C

Cachecticos natatio maritima iuuat. 304.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus. 2.f
Calicrates armatus currēdo bis vicit. 116.e
Callimachus statuarius cacirotecnus cur sit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid esset 41.a

Calor

Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robustior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes ꝓhibet. 210.f
Calor natiuus exercitatione est excitandus & qua de causa ibidem
Calidi homines vel parũ vel nihil exerceri debent, & qua de causa 214.e & 229 c
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa 182.f
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt. 4.e
Cãtoribus spiritu retento peritonęum rumpitur 284.e
Cãtus exprimit rerum similitudines. 9.b.e
Cantus à vociferatione differt 283.b
Capita detecta, à sole multum lęduntur, & qua de causa 272 e
Capite cooperto antiq sacrificabãt. 139.b
Capite malè affectos ex Antylli sententia multa deambulatio iuuat. 262.c. itẽ deambulatio facta calcibus incumbendo 263.a
Capitis grauitate laborantes post motum leniter factum leuãtur, post cursum magis laborant ex Casij medici sententia vnde fiat 251.b.c
Capitis dolorem inueteratũ Aretæus manuum gesticulatione curabat 140.d
Capitis circunuolutiones vertigines pariunt. 242.d
Capitis dolorẽ lucta iugi & magistro adhibito facta Cęl. Aurelian⁹ curabat. 245 a & tali dolore laborantes currere vestitos iubebat. 253.a. & deambulare. 261.a
Capiti male affecto vociferatio obest 282.e
Capitis dolore laborãtes vehiculo per longam viam Cœl. Aureli. vehi debere iudicauit, & qua de causa 297.c
Caput debile lædit saltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput læditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262 e
Caput maiores nostri ferè nunquam tegebant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione possint vti 194 e
Carnes exercitatorũ caseo iam coagulato: non exercitatorum verò caseo nondum bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinẽ deãbulatio aufert 261 a
Carnis multitudo qua ratione à Cęlio Aureliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem gestatio Cœl. Aureliano authore, remouet 298.e
Cassius iatrosophista Romæ Cornel. Celsi ætate medicinã summa cum laude exercuit 251 b
Cachecticis vociferatio subuenit 281.c
Celtæ post cęnam pugna vmbratili se exercebant 147.c
Cęlum meridianum quale sit ex Vitru. sententia 219 a
Cęnæ initio veteres arctius accumbebant satiati ἐπειτα πλάγια vertebantur. 51.f
Cęnaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frontem & tempora vinciebant, & cur. 55. a
Cęnę ꝯsuetudo apud antiquos. 52.f. & ĩfra
Cęnæ hora cur vespertina sit data 59.a
Centauri quinam sint dicti 167.c
Cera digitis emolliẽda arthriticis dat' 128.e
Cercio secundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14.d
Cestiphori in gymnasio se exercebãt 110.e
Cestuum exercitatio 110 d 248.e
Cęsar scripsit, non frustra fuisse antiquitus institutum, vt in bello committendo signa concinerent, & vniuersi milites clamorem excitarent 136.f
Cęs. Augu. exercitationis causa aliquando cæstus. 111. piscabatur. 181.c. 305.c
Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione summopere delectabatur 185.c
Chorea saltationis nomen vnde sit ortum. 101.b. c
CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182 d
Cibi necessitas, vnde nam ꝓueniat. 192.d
Cibi superfluitates necesse est, vt è corpore effluant 192.e
Cibi praui non lædunt eos, qui multum exercent, & qua de causa. 193 b
Cibis mali succi vtentes homines quomodo se habeant 199.c
Cibi cõcoctio quomodo cognoscit. 223.b
Cubistica est prima species saltationis. 82. d. 239.c
Ciborum satietas vitari debet 192 f
Ciborum inappetentia laborantes lectus pensilis iuuat. 301.a
Cibos fastidientes vociferatione iuuantur 281.c

Cibus post exercitationem nō statim debet assumi,& qua de causa 215.c
Cinædi vnde dicti a veteribus 101.a
Cyrus Persarum Rex corporis labores magnopere æstimauit 8.d
Cilius erat vehiculi species 208.e
Claudius Cæs. vehiculo vndique tecto primus,& quando est vsus 172.f
Claudus Impe. Harpocræ liberto suo concessit,vt per vrbē lectica vehi posset. 174.f
Claudus secundū Platonem quis sit. 13.a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe.tempore floruit 49.c
Clemēs Alex. tpe Gal Romę floruit. 105.b
Clitomachus Cartaginiēsis fuit nouæ Academiæ sectator clarus 75.a
Cęliacos manuum gesticulatione curabat Aretæus 240.d. & vociferatione. 281.c & exercitatione inter myrtos,lauros, & thymum facta 196.f
Coitu vsuri vespere non cœnabant 52.f
Coitus quosdā lædit, quosdā iuuat. 196.e
Colicos Ætio autho.lctō alta iuuat 285.b
Colicos pilæ lusu. Cœl Aureli. curabat. 243.b. & cursu. 248 e. & deambulatione.261.a & spiritu retēto.278.f. Asclepiades gestatione 296.f
Com. Impe. filius in palæstra in ægritudinem incidit 29.a. 245.b
Cōmod⁹ Impe.iaculatiōe excelluit 131.a.b
Comitiales luctam vitare debent. 246.e
Concamerata sudatio in palæstra vbi nam erat 20.f
Concoctionem impedit exercitatio ex Erasistrati sententia 191.b.c.
Cōcoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur. 191.f
Concoquentes difficulter vociferatione iuuantur 281.c
Conisteriū ī palęstra vbi nā erat. 20.f.34.e
Conseruatiua medicinę pars à qbusdā sola digna videt̃, vt noīe medicinę noīet̃. 5.c
Conseruatiua medicinę pars à quibusdam in tres partes est diuisa. 6.e
Conseruatiuam constituentia quatuor nominibus à medicis cōprehenduntur. 6.f
Constantini Impe. tempore accipitres edoceri cœperunt 188.e
Consuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 198.e.f
Cōsuetudinē pmutātes valde lędunt̃. ibid.
Consuetudo mala quomodo ex Hip. sententia sit mutanda 200.d
Cōsuetudo exercitij quantū prosit. 211.a
Cōsuetudo in oībus est cōseruanda. 212.
Consuetudo in exercitatione consideranda est ibidem
Cōtinui solutio quib⁹ rebus accidat. 208.e
Continui solutioni nullum motus genus conuenit,& qua de causa ibidem
Continui solutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
Cōualescētes vociferatione iuuātur. 281.c
Conuulsionib⁹ capiuntur, qui cursu cōcitato vtuntur & quomodo hoc fiat. 252.e
Cornatij lapsus. 118.f
Cōuiuis olim frigida, & calida a puero dabatur. 54.e. Cornibus boum prisci potabant 55.b
Cor. Cęl. inbet, vt in antiquo laterum dolore victu athletico vtamur 76.e
Corpus humanum quo pacto à diuersis disciplinis consideretur 12.e
Corpus humanū quomodo est artis Gymnasticæ subiectum ibidem
Corpuscula à nostris corporibus continue effluunt 191.d
Corporis habitus ab exercitatione conseruatur 191.e
Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 191.f
Corporis membra per exercitationē firmitatem & robur acquirunt. ibidē. 194.d
Corporis habitus ab ocio destruitur. 192.e 157.c
Corporum tria genera à medicis considerantur, & quæ 204.d
Corpora ægra an aliquo pacto debeāt exerceri 205.b
Corpora sicca motibus leuibus & moderatis vti possunt 206.f
Corporib⁹ calidis & siccis nullę īmoderatę exercitatiōes pueniūt. 206.f. 215.b.229.c
Corporibus frigidis & siccis exercitationes remissæ conueniunt, ibid. 115.c. 230.d
Corpora,quorū vnū mēbrū intēperiem patitur, quomodo sunt exercenda. 207.a
Corp⁹ nullū quauis intēperie laborās debet vehemēti exercitatione exerceri. 207.b
Corpora ob malam formationē morbosa, quomodo sunt exercenda ibidem
Corpora in numero morbosa exercitationibus vti possunt 208.d
Corpora ęgritudine in situ laborantia nullo exercitationis genere vti debent, & qua de causa ibidem
Corpora valetudinaria q̄nā sub se ſm huius

ius auctoris sententiã põt cõtinere. 209.a
Corpora senum cur multa excrementa generent 210.d
Corpora senum quibus exercitationibus vti debeant 210 c
Corporum sanorum differentias multas antiqui medici constituerunt 211.c
Corpus perfecta sanitate prȩditum potius mente considerari potest, quàm re ipsa inueniri. 212.d
Corpora multa temperata in sua regione inueniri dixit Gal. ibidem
Corpora communiter sana dicta excremẽta quotidie generant, & ob id exercitationibus indigent ibidem
Corpora frigida, vehementer & multum exerceri debent 214.f
Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigent, ibidem 219.c
Corpora humida à labore suffocari, hæc Aristot. sententia quomodo sit intelligenda conciliator exponit ibidem
Corpora in æstate potius, quàm in hyeme sunt exercenda ex Aristo. sentẽtia 220.f
Corpora quibus temporibus sint exercenda, & locis 221.e
Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibidem. & 229.e
Corpora frigida & humida multis & vehementibus exercitationibus indigent. ibidem, & 230.d
Corpora ab ijsdẽ, quãdoq; lȩduntur, qñq; iuuantur, prout illis applicantur. 235.a
Corporis carnositas multis exercitationibus remouetur 238.e
Corpora induta minus à sole calefiunt fm Aristo. sententiã, & qua de causa. 272.e
Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum natãdo in artus facillime restituuntur 304.f
Coriceum in palȩstra vbi nam erat. 10.f. & quid esset. 29.c. 87.b
Corycus quid esset ex Antilli sententia. 86.e. 101. c. 242.d
Cornarius corycum malè follem interpretatus est in Hip. conuersione 33.c
Cornarius malè arguit Budæũ. 118. & 119.
Coxas debiles saltatio confirmat 240.e
Coxis ex Hip. sententia equitatio est inimica 293.a
Craneum gymnasiũ apud Corinthios. 18.f
Crassi quando cibum debẽt sumere. 223.c
Crateri medici seruus horribili quodã morbi genere captus fuit, quo carnes ab ossibus cadebant 5.a
Cratin⁹ poeta cur saltator sit vocat⁹. 101.b
Crepaturas patiẽtes saltũ dẽnt vitarẽ. 255.a & discũ. 258.e. & spiritũ retentũ. 250 d quomodo fiant. 284.e.f
Criptoporticis antiqui ad deambulãdum vtebantur, & qua de causa 261.a
Crisilasiæ forma ex Oribasio, quæ nata fuerit 162.d. eius vtilitas 209.b
Crito medicus Romæ sub Traiano floruit 245.c
Crudos pilæ lusus lædit 243.b
Crura infirma saltatio corroborat 240.e
Crurum vlcera haltere Gal. curabat. 256.e
Crustularij ĩ gymnasijs crustavẽdebãt. 64.e
Cunis quomodo in ægris curãdis antiqui medici vterentur 178.e. 301.b
Curatiua medicinæ pars ob necessitatem prius est inuenta, & à quibusdam impostura quædam dicitur 5. b.c
Curæ sanum corpus conseruant 6.f
Currendi facultas à natura data est animalibus 155.a
Cursus certamen Eleii instituerunt 115.c
Currens ab ambulante qũo differat 251.a
Currentes hyeme magis rigent stantibus, & qua de causa 210.f
Currentium spiritus anhelat 252.d
Currib⁹ faciẽdis materia apta est abies. 171.a
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodotus, vtebantur & quantum spacij perficerent 172.e
Curribus oĩs generis sani vtebanẽ. ibidẽ.f
Curribus tectis principes vtebantur potius, quàm apertis antiquitus ibidem
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur ibidem
Currus multa apud antiquos erãt genera, & quæ & quomodo similia, & dissimilia erant. 173.a
Currulis vectatio ab Erichthonio est inuenta 171.a
Currulis vectatio apud mulieres Romanas in maximo honore habebatur 171.b
Currulem vectationẽ Romani mulieribus abstulerũt, ob nimium luxũ, postea illis restituerunt, & qua de causa ibidem
Currulis vectatio apud gymnasticos æstimata erat 171.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vsu 171.a
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem

Currus sex rotarũ Scythę inuenerũt. ibidẽ.
Currus forma est varia ibidem.
Curruũ certamẽ in ludos olympios quando sit inuectum 171.c
Cursor qui sit ex Aristotelis sententia 70.d
Cursus Gal. sentẽtia nõ parũ cõfert ad sanitatẽ,& bonum habitum. 116.e. 249.b
Cursus quis motus sit,201.c. eius vtilitas & damna 249.c & infra.
Cursus tres sunt species ex Antylli sententia 116 f
Cursus apud veteres Græcos quid sit 217.b
Cursus omnis febrientibus nocet 249 c
Cursum pro vertiginosis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 250 d
Cursus circularis effectus qui sint & omnino repudiari debet ibidem
Cursus eos,qui fungos comederunt, & qui à scorpionibus icti sunt, iuuat 250.f
Cursus quõ renes lædat, & iuuet. ibidem
Cursu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem.
Cursus pedes & crura iuuat ibidem
Cursus qua de causa ex Aristo. sententia caput lædat 250.d
Cursus à quibus vitari debet 252.d
Cursus in posteriora factus quęnam auxilia ex Antylli sententia corporis partibus præstet 252.e
Cursus per accliuia, & decliuia differentiæ 252.f
Cursus corpore nudo factus quid efficiat. 253.a
Cursus quo tpe magis sit faciendus. 253.b

D

Dares apud Vergi.cestu valuit. 111.a
Deambulationis vtilitas. 133.c. 259. per totum caput.
Deambulationib⁹ loci apti qui sint. 263.b
Deambulatio multas habuit species. 135.c & infra. 259.c
Deambulatione quãdo vti debemus 260.d
Deambulationis effectus qui sint. ibidem
Deambulatio mediocris est magis in vsu & quæ sit ibidem
Deambulatione pro insania, & asthmate curandis Cęl. Aureli. vtebatur. 260.f
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur ibidem
Deambulatio pauca quibusnam conueniat 262.d
Deambulatio extremis digitis facta lippiẽtibus confert 263.a
Deambulationum differentiæ à loco sumptæ quę sint 263. b. & earum vtilitates, & nocumenta, ibidẽ & infra.
Deambulatio tarda quibus cõueniat. 261.a
Deambulatio quęnam sit, qua Hip. Auic. & Haly post cœnam vtuntur 261.b
Deambulatio febres auget. ibid.
Deambulatio minorẽ fatigationẽ in spitandi difficultate,q̃ pedib⁹ stare affert. ibid
Deambulatio vehemẽs corporis tremorem expellit. flatus discutit. ibid.
Deambulatio salubrior quæ sit ex Acumeni medici sententia 217.a. & 264.e
Demetrius Hermopolita,& eius laus. 60.e
Demosthenes prope maris litus vociferabatur. 158 e. & ascendendo orationes recitabat,& qua de causa. 263.c
Diaulus cursus qui sit 116 e
Dielcystinda 152 f
Diocles est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat 223.a. 268.d
Diocles reprehenditur, qui epilepsiam spiritu retento curari dixit 280.d
Dionysio syracusano cibis appositis non delectanti quid coquus responderit. 187.c. 307.b
Dioreus aduersarium vnctum & sine puluere superauit 33.b
Dioxippus aduersarium vnctũ, & sine puluere superauit ibidem
Discus quot significat,& quæ 123.a
Disci exercitatio fuit antiqua. 121. b. eius vtilitas 257.b
Disci figura qualis fuerit 123.c
Discus robustis corporibus conuenit 212.f
Disci exercitatiõe loco purgationis,& phlebotomiæ, si quid impediat, vti possumus ex Gale. authoritate 257 c
Discobboli 122
Discus à iaculatione tum in iuuando tum in lædendo parum differt ibidem
Discus ab haltere differt 258.d
Dolentibus varius sermo subuenit. 283 b.c
Dolichus cursus quis sit 116.e
Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131.b
Domitianus Imp. locum pro vocis exercitatione instituit 158.e
Dorsum discus corroborat 257.c
Dorsum debile habentes erecti stare nõ debent. & qua de causa 269.b
Dracũculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent 4.f

Dropax

Dropax quid sit 213.c
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ soluuntur 202.f
Duellum á quo sit inuentum, & cui pugnę antiquorum generi respondeat 275.a

E

ELæothesium in palæstra vbi nam esset 11.d.20.f
Elleborű qui sumpserunt gestationem in lectica facta iuuantur. 299. a. & in lectis pensilibus 301.a
Elephantiasis Ægypto familiaris quo tempore Italis innotuit 4.c
Elephanticos vsu coryci Aretæus curabat. 242 e. & vociferatione. 281. c. Celsus deambulatione. 261.c. Asclepiades gestatione 296.f
Elephāticos natatio maritima iuuat. 304.d
Entellus apud Vergi cestu valuit 111.a
Ephebus Athenis serpentem pusillum, & statim ambulantē cű semine emisit. 5.a
Ephebęum in palęstra vbi nā erat, & quantum 20.f.24.e
Epilepsia insolatione moderata secűdum methodicos curatur 271.c
Epilepsia gladiatoris iugulati sāguine epoto secundum quosdam curatur 275.b
Epilepsia spiritu retento Cęl Aurel. authore non curatur 280.d
Epilepsia quo pacto vociferatione curetur 281.e
Epilepsiæ vehiculo per longam viam vehi nō conducit Cęl. Aureli. authore. 297.c
Epilepticos gestatione Gal. Tral. & Æt. curabant ibidem
Epileptic. cursus vehemēs ex Theod. Prisciani sniа liberat 250.e. & lōga & recta ambulatio ex Cęl & cel. authoritate. 262. e
Epilept. Aretęus curabat manuű gesticulatione 240.d. lędit deambulatio. 261.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obest 304.e
Episcyrus lusus quis 85
Equitatio an sit exercitatio. 79.a. est mot⁹ mixtus secundum Gale 170.f. 292.d
Equitatio qd efficiat & eius inuētor. 167.c semper in honore est habita ibi. & 170.d eius vtilitates & damna 292.e.f
Equitatio succussante equo facta quid efficiat 293.b
Equitatio per asturcones equos facta quid efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ effectus 193.c
Equitantes cur aliquando lachrymas emittant 294.d
Equitatio an sit gestatio ibid.
Erasistrat⁹ missionē sanguinis è medicina auferēdā, atq; etiam oēm exercitatiōnē inutilem ad sanitatem iudicauit 191 b
Erasistrati rōnes, quatuor quib⁹ exercitationem inutilē esse ad sanitatē dixit. ibid.
Erasistratus per inediā trium aut quatuor dierum multos affectus curabat. 193.c
Erasistratus est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat 223 a
Erasistrati rōnes soluuntur. ibid. & infra.c
Erasistratus malè á Cęlio reprehēditur, qui paralyticos deambulatiōe in locis harenosis facta exercendos iudicabat. 264.f
Erasmi error 154.f
Erectum stare an sit exercitatio. 136.f. vtilitas & nocumenta 169
Erecti stantes quodāmodo mouētur. 137.c
Erectum stare ante cibi sumptionem quomodo iuuat. 140.e.169.c
Erectum stare multas habet differentias, & vnde capiantur 169.c
Erectum stare post cibos sumptos quid faciat 139.e.207.e
Erichthonius currulem vectationem inuenit 171.a
Erysimachus medicus ad singultum curandű spiritus cohibitione vtebatur. 153.c
Esculēta tum cibi tum remedij causa ęgrotis exhibentur 6.f
Euphorbus Iubę regis medicus, & Antonius Musa fratres vsum aquæ frigidæ post balnea calida monstrarunt. 47.b
Euripidis sententia de athletis 71.b c
Excrementa diuersis modis è corporibus auferuntur 190 f. & infra
Excrementa in corporibus detenta multas morborum species generant. 192.e. 196.d.212.d.214.d.
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent 223.a
Exercitationes corpus cōseruant sanű. 6.f
Exercitationes quomodo corpori sano vtilitatem, Gale. & Auic. sententia, præstent 7.c
Exercitati cur á frigida lotione aut potione lędantur 223.c
Exercitationis diffinitio ẜm Gal. 77.b. ẜm Auic. 78.a. ẜm Auer. & hűc authorē. f.
Exercitationis diuisio ẜm Platonem. 80.d.f
Exercitatio vtilissima quæ sit ex Gal. sententia

tentia

tentia 185.b
Exercitationis dñiæ vnde sumantur. 189 c
Exercitationes opportune factę multorum errores corrigere possunt. 18.e. & multa bona præstare. 194.d. 197.a
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 191.a
Exercitationem omnem Erasistratus ad sanitatem inutilem iudicauit 191.b
Exercitatio concoctionem impedit ex Erasistrati sententia ibidem
Exercitatio natiuum calorem, & humidũ lędit, Erasistrati sententia, & per consequens sanitatem consumit ibidem
Exercitationis necessitas, & vtilitas. 191.d.e
Exercitatio corporis habitũ cõseruat. 192.e
Exercitatio laborẽ coniunctũ habet. 193.b
Exercitatio calorem naturalẽ auget, vnde fit, vt ipse mediocritatẽ transeat. 194.d
Exercitatio supfluos humores ꝯsumit. ibi.
Exercitatio cunctis hominibus indifferenter cõuenit secundum quosdam. 195.b
Exercitationibus homines naturaliter inclinantur ibid. & 196.f
Exercitatio sanitatem præstat ibidem
Exercitatio excrementa expellit è corpore ibidem
Exercitatio cunctis ante cibi sumptionem conuenit 195.c. 190.e
Exercitatio quosdam lædit, quosdam iuuat. 196.f
Exercitatio assuetis conuenit, non autem inassuetis secundum quosdam 198.d
Exercitationum tres sunt primæ differentiæ 200.e. 136.f
Exercitatio præparatoria secundum Gale. quæ sit ibidem
Exercitatione præparatoria quãdo, & quomodo vti debemus 200.f
Exercitatio curatiua quæ sit, & quando ea vti debemus ibidem & 137.b
Exercitatio simplex quæ sit, & eius species 201.a. 137.b
Exercitatio eorum, qui vitam temperatam degunt, quanta esse debeat ibidem
Exercitatio ꝓprie dicta spẽs habet. 202.f
Exercitationes possunt morbos in quantitate auferre 207.c
Exercitatio secundum Hip. per additionem fieri debet 209.c
Exercitatio bonum habitum inducit, & sanitatem conseruat 211.c
Exercitatio nulla debet esse aut violenta, aut immodica 212.e
Exercitat. à qbꝰ vitari dẽant. 213.c. & infra
Exercitatio omnis in loco salubri fieri debet 219.b
Exercentes se sub sole magis incalescunt quiescentes, quàm qui mouentur, & qua de causa ibidem
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 221.b
Exercitatio ex medicorum sententia semper ante cibum à sanis fieri debet. 222.d 226.d. 267.c
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 222.f
Exercitandi tria debent obseruare 223.a
Exercitationis factę post cibum nocumẽte quæ sint 222.f. 268.d
Exercitatio non debet fieri vbi stomachus est valde vacuus, & qua de causa. 223.b
Exercitati statim post exercitationem nullum cibum aut potum debent sumere: & qua de causa 223.c. & infra
Exercitationis terminus duplex est 227.b
Exercitatio duo requirit, membrorum robur, & caloris augmentum 227.c.
Exercitationes consuetæ in senectute congruunt 228.d
Exercitatione lassitudo semper est vitanda 228.e
Exercitatiõis terminꝰ est famis sensus. ibid.
Exercitationis excessum laudat Aristo. magis, quam defectũ in cibo ecõtra. 230.f
Exercitatio Socratis senis quãta esset. ibid.
Exercitatio virorũ quãta esse debet. ibid.
Exercitatio puerorũ quãta esse debet. ibid.
Exercitatio fortium hominum quãta esse debeat, & debilium ibidem
Exercitatio senum minor esse debet quàm, cùm iuuenes essent ibidem
Exercitatio hyeme facta citra sudorem fieri debet 229.a
Exercitatio vere facta vsq; ad sudorem fieri debet ibidem
Exercitatio Autumno facta minor esse debet ea, quæ æstate fit ibidem
Exercitatio inassuetorum quæ, & quanta esset debet 230.e
Exercitatio immodica oĩbus nocet. 230.e
Exercitationis immodicæ signa. ibidem
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 231.c
Exercitationi peragendæ qui modus est adhibendus ibidem
Exercitationem viri quando debeant incipere ibidem

Exercitationem antequam inciperent antiqui quid nam facerent ibid.
Exercitationem statim post cibum nemo debet incipere 232.f
Exercitatio prius remisse ac debiliter incipi debet, deinde paulatim augeri. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, sine vniuersali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 234.e
Exercitati statim post exercitationem vestes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato 233.b
Exercitationem antequam quis incipiat, quid nam facere debeat 233.a
Exercitati non statim post exercitationem debent quiescere, nec cibum aut potum sumere 233.b.c
Exercitationis modus & ordo totus quis nam sit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam esse debeat 229.b
Exercitationis mos apud antiquos diuersus fuit ab eo, qui nunc est in vsu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi post coitũ meridianũ qua de cã vterent. 237.a
Exercitatio cũ puluere qd operetur. 218 a
Exercitatio cũ oleo facta qd efficiat. 235.e
Exercitationes multæ oculorum acumini obsunt. 238.e
Exercitatio magna, vehemens, remissa & aliæ à quantitate sumptæ, quid in nostro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri nõ debet nisi post cibi coctionem 241.b
Exercitationes quæ nã quib' temporib' ex Hip sentẽtia fieri debeãt. 146.f. & 147.a
Exercitatio capite inclinato facta quos lędat 290 e
Exilitio saltus species cursui assimilatur. & eius effectus 254.e

F

FAbularum recitatores vocis exercitationi operam dabant 157.a
Factionũ studiosi homines equorum suæ factionis stercora odorabant, & qua de causa 168.e
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ ibid. Vnde sint ortæ. 169.a
Febre acuta laborãtes ab omni motu sunt remouendi ex Gal. sententia. 206.d
Febres sæpe contingunt, quia consuetæ exercitationes dimittuntur 212.f
Fettorium quid esset 175.a
Flauius Vespasianus dicebat, Imperatorem stantem mori debere 139 e
Fletus nocumenta 188.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctã debent omnino vitare 146.e
Fœtus humanus in vtero matris paucioribus ligamentis detinetur, quam fœtus irrationalis, & qua de causa 254 d
Follis pila quæ nã esset. 88.f. vtilitas. 141 f
Fornacatores in gymnasijs qd agerẽt. 64.d
Fossio est exercitatio & opus 202.f
Fossores qua de causa à victu inordinato, & prauo non læduntur. 129 b
Frigida lauatio in palæstra vbi nam erat. 20 f. 39.c
Frigida lauatione cur vterentur post calidam 44
Frigidariũ in palęstra vbi nã erat. 20.f. 39.e
Frigidum quodcunque statim post exercitationem sumptum, iecur, ventrem & alias partes lædit 233.e
Frigus nimiũ qd in nr̃a corpora agat. 220 e
Funambuli 148
Fundę inuentores Phęnices fuerunt. 229.a
Fuchsij error 87.a

G

GAle. anno ætatis suæ 30. luxationem summi humeri in palæstra passus est 26.e
Gal. tpe in palæstra pueri exercebant. 29.a
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur 30.e
Gal. paulo post Senecam & Plutarchum floruit. 44.d
Gal. gladiatorum medicus à Pon. suæ ciuitatis fuit electus 142 f
Gal. vt se exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat 203.b
Gale. obesum corpus veloci cursu curauit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216.e
Gal. iudicat radios solis magnas capitibus humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues nostris temporibus apparuit, priscis ignota 5.a
Galli venatores helleboro sagittas inficiebant 188 d
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet & qua re ex Aristot. sententia 263.c
Genitalia membra flatibus oppressa lucta sanat 245.a
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua causa equitatione vteretur. 170 e. 292.f

Germanicus equitationis beneficio à crurũ tenuitate fuit liberatus 208.d
Gestationis multę sunt species 295.b
Gestatio est debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduersetur ibidem.c
Gestatione in quibus morbis curandis Asclepiades vteretur 295.c & infra
Gestatio in mari perturbato omnino est fugienda ibidem
Gestatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Gestatio sine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297.a
Gestatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Gestatione in quibus morbis curãdis Gal. vteretur 297.c & infra
Gestatio morbis diuturnis prodest ibid.
Gestatione sella, & lectica facta ęgri vti possunt morbo iam inclinante 300.e
Gestationis in alto mari factæ effectus. 302.f
Gymnasia nullus antiquorum scriptorũ sufficienter tractauit 7.a
Gymnasia quæ nam fuerint 17.b
Gymnasia quare, & à quibus primùm sint inuenta ibidem c
Gymnasia diebus festiuis magis frequentata erant, & quare 27.a
Gymnasiũ cur antiqui Tiberi propinquũ effecerint 46.f
Gymnastica quid sit, & quotuplex sit 8.e 202.e
Gymnastica ad medicum pertinet 8.f
Gymnastica ad sanitatem multa bona, & commoda affert ibidem
Gymnastica quõ à Pędotribica differat 7.b
Gymnastica vnde sit dicta 16.d
Gymnastica ars apud gręcos solùm in vsu fuit, & quo tempore ad Romanos accessit 16.e f
Gymnastica proprios habuit authores, quorum opera fuit illustrata 59.c
Gymnasiarchus quid nam esset 60.d
Gymnasticę artis effectus 66.d e
Gymnasticæ bellicæ finis 66.e
Gymnastica vitiosa quæ sit 16. e 66. d a Galeno vituperata 69.b
Gymnastica medica saltationes non respuit 83.b
Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ 82.d 170.f
Gymnasticam & medicinã contrarias esse cur dixerit Hipp. 8.f
Gymnastica pricipaliter circa sanitatis cõseruationem, consequenter verò circa sanitatis curationem versatur 215.c
Gymnastes qui nã esset & eius onus 61.b.
Gladiatores apud Romanos qui essent, & eorum absurdi mores 141.e f
Gladiatores diuersi ab athletis. 70.f
Gladiatores vsq; ad mortem intrepide pugnabant 143 a
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare ibidem
Gladiatores sanguinem ex vulneribus aduersarij bibebãt & quare. ibid. 175.b c
Gladiatores post pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorũ detestatio ex D. Cypriano ibi.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid.c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e
Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Com. Imp. 144 d
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem
Glacus carystius pugillator excellentissimus 108. e 144 f
Graciles quiete vti debent 213.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exercitationibus scripsit 29.a
Gulielmus Chouius errauit existimans discum esse pilam rotundã in medio perforatam 126.d.145.b
Gordianus Iunior Imp. Thermas ęstiuas fecit 216.f

H

HAbitus corporis in exercitationem considerandus 213 a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 16.f
Hadrianus Imp. cursũ Nemiacis & Isthmicis certaminibus restituit 115.c
Had. Imp. lege sanciuit, vt milites in mense ambulatum educerentur 115 c
Halteres quale instrumentum fuerit, ex Oribasij sententia 126. e. eius vtilitas, & damnum 256.d & infra
Haltere loco purgationis & phlebotomię fieri aliquãdo põt, si qd impediat. 256.e
Haltere antiquorũ etsi nos caremus, loco tamen ipsius alijs instrumentis vti possumus, & ijdem effectus sequentur. ibid.
Halteristarum imagines 127
Hęmorrhoidas saltus prouocat 255.b
Harpocræ liberto Claudius Imp. concessit, vt per vrbem lectica veheretur 174.f

Helio-

Heliogabalus Imp. quibus piscinis lauabatur 39.c
Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulieribus promiscua extruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos habuit 58.d
Heliogabalus Imperat. curribus animalia monstruosa, & aliquando fœminas nudas iunxit 171.b
Heliogabalus Imper. Naumachias in euripis vino plenis exhibuit 180.c
Hepatica affectio quędam in Melonijs apparuit, quę miros effectus pariebat, ea laborantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76.c
Hermeum quis locus fuerit 18.f.
Heruia laborantes recti stare vitent 269.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus post Aesculapium artem medicam multum auxit & illustrauit 2 d
Hydropisim lucta, vel palęstra Oribasius curabat. 245. a Cœli. Aure. vociferatione 281 c
Hydropici continuis exercitationibus ex sententia Theodori Prisciani curari possunt. 248. d. itemq; cursu. 250. e. & vociferatione. Cæl. autho. 281.c
Hydropicis vociferatio prodest 281.c
Hydropicos gestatione Aetius curabat. 298. c
Hydropici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299 a
Hydropicis maritima natatio ꝓdest 104.d
Hyeme minus, ęstate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de causa. 2.1.b.c
Hippoc. duas medicinę partes curatiuam, & pręseruatiuā ad summū perfecit 5.a
Hippoc. tempore balnea publica aut priuata rara erant ędificata 38.c
Hipp. pręceptum de sanitate tuenda 74.c
Hipp. voluit oĩa fieri ἐκ προσαγωγῆς 154.d
Hippoc. sententia de homine comedente, & non laborante 192.f
Hipp. patria temperata fuit 216.c
Hippo iudicat, solis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 266 c
Hipp. Herodici Selymbriani discipulus artem medicam illustrauit 2.d.4.d
Hippolytus venatione vtebatur, vt virginitatem conseruaret 307.b
Hypocaustū & laconicū nō idē fuerūt 41.f
Hypocaustum balneo seruiebat 43.b
Histriones vocis exercitationi operam dabant 157.a
Histriones infibulabantur, & quare 157.c
Homeri tempore Gymnastica ars principium quoddam habuit 13.c
Homines nasci propensos ad musicam & Gymnasticā qūo cognoscit 13.c.80.d
Hoĩes cuiuscunq; ętatis illas exercitationes vitare debent, à quibus lędunt 211.b
Homines cur aliqui sedendo macrescunt aliqui pinguescunt 214 c.f
Homines excrementosi & calida temperie præditi sedendo pinguescunt ibidem
Homines excrementosi & frigida temperie prędití sedendo macrescunt ibidem
Homines, qui ante cibos, & ordinate se exercēt, non indigēt ita exquisita victus ratione, vt illi, qui non se exercēt 235.a
Homines ignari, dū legere incipiunt, cur somno capiantur 286.d
Hoĩes excellentes, dum legunt, somno nō capiuntur, & qua de causa ibidem
Homo comedens, & non laborans sanus viuere non potest 192.f.214.d
Hora, qua sani homines cibum sumere debent, quę nam sit 221.c
Horę diei Romę quomodo, authore Martiali, dispensarentur. & quomodo authore Horatio. 224.f & infra
Horarum cōsideratio ab antiquis, Gal. authore quomodo fieret 226.c
Hordeum militibus, qui parum profecissent, pro frumento dabatur 11.c
Humidum naturale à superfluitatibus turbatur, & inficitur 194.d
Humores crudos in stomacho aggregatos saltatio dissipat 240.d

I

Iacobus ob neruum latum inter luctandum lęsum, in posterum ab esu neruorum abstinuit 145
Iaculationis species duas fecit Plato 119.c
Iaculationis instrumentorū inuētor 131.b
Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnasijs quid agerent 64.d
Ianus Cornarius Platonē latinū fecit 217 b
Icterici oēs sapores amaros iudicant 262 f
Iecorosos natatio maritima iuuat 304.e
Imitationis species secundum Arist. 96.c
Impuberes singulari certamine certabant. 144.c
In autumno hora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa 224.c

In balneis ædificandis quanta fuerit priuatorum hominum diligentia 38.f
Incubone multi Romæ aliqñ piere. 196.e
In gymnasia varia hominum genera conueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa. 224 e
In morbis intermittentib⁹ motiones aliqñ sunt vtiles ex Hip. & Arist. snia. 206.e
Insanientibus in morbi declinatione musicus cantus subuenit 283.c
Insolatione antiqui multis modis vtebantur 171.b
Intemperantia multa morborum genera hominibus attulit 1.b.4.d
Intemperies est duplex 204 f
In vere hora meridiana cibus sumi debet, & qua de causa 224.e
Ioānes quomodo recumberet supra pectus Domini 54.c
Ioannes Baptista Rhamnusius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus sanum conseruat 7 a
Ischiadicos cursus liberat 250.f
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b
Iudęi cur à neruorū esu abstinerēt. 145.b
Iulianus quidam sanguinem euomēs quomodo oraculo monstrante fuerit sanus factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis concessum 5.c.& infra
Iuuenes oībus ferè motib⁹ sunt apti. 212.f
Iuuenes, si plus consueto laborent, conuulsionibus fortibus magis quàm senes tentantur 212.f

L

Labor nimius pallorem inducit & qua de causa 74.f
Labor ex Erasistrati sententia est naturæ nostræ inimicus, & iucunditatem à sanis aufert 191.c
Laboribus inassuetos aliquando exercere debemus, & qua de causa. 199.a.230.d
Labores moderati quibus nam corporib⁹ conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant ibidem
Lacedęmonij venatione se exercebāt. 187.c
Lacedæmonas damnat Aristot. quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 228.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inferretur 64.d
Laconicum & tepidarium non sunt idem apud Vitruuium. 41.b
Laconicum & hypo caustum non idem fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio succurrit 281 c
Lassitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obsit 262 d
Lecti apud antiquos varij erant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid sit. 176.e. 301 b
Lectis pensilibus pro ægrorum exercitijs antiqui medici vtebantur. 176. d. quid essent, & quomodo fierent 300 f
Lectis pensilibus, Celso authore, quando vti debemus ibidem
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante cibum, quàm à cibo prodest ibidem
Lectica qua re est inuenta 173.b. 175.a. & quot numero serui eā portarent. 173.c. & infra. eius vsus. 198.f. & 299.b
Lectica per vrbem gestari libertis erat vetitum 174.f
Lectica nostra cui antiquorum sellæ correspondeat 175.a
Lectica in languētibus antiqui medici vtebantur 175.b.299.b
Lectica à sella differebat 175.c. & 299.b
Lectica multi vs⁹ apud antiquos fuit. 298.e
Lectica, in ea sedētes, q nā vti possint. 299 b
Lectuli pensilis agitatio quandiu fieri debeat 177.b
Lectionis species, & earum ad sanitatem vsus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectione remissa post ciborum sumptionem vti possumus ibid. & infra
Leni labores quibusnam corporibus cōueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Lencophlegmatia corpus totum deturpat 207.b
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant 1.d
Libarij in Gymnasijs liba vēdebant. 64.e
Libertis erat interdictum quo minus per vrbem lectica veherentur 174.f
Liber de insomnijs est Hippocrati adscriptus, & qua rōne hoc cognoscat. 261.e
Lycæum Aristotelis 18.e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manib⁹ in altum sublatis exercitaretur 149 c
Lycurgus iussit virginū corpora luctationibus, cursib⁹, & hmōi alijs exerceri. 146.a

Lienosos, natatio maritima iuuat 304 e
Loca ad Septentrionẽ & Orientẽ spectãtia sunt salubriora ijs, q̃ ad Meridiẽ & Occasum spectant, & qua de cã ibi. & 216.e
Loca prope paludes, & stagna, & huiusmodi alia sunt mala 218.f
Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem spectantia sunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti sunt tres conditiones. & quę ibidem & 216.f
Locorum vis quantum posit 215.c
Locus, vbi vocis exercitatio fiebat, qualis esset 158.e
Locus, in quo exerceri debẽt hoĩes, hyeme calidus, æstate frigidus esse debet 2.9.b
Locus consularis in Triclinio quis 54.c
Locutio est debilis exercitatio, quibus conueniat, ei⁹ vtilitas, & nocumẽta 286.e.f
Longa ãbulatio humiditates exiccat 162 e
Longus funis quid sit Cœlio Aureliano 165.a.178.f
Lotiones corpus sanum conseruant 7.a
Lucius qdã lateris dolore laborans, q̃uo oraculo monẽte fuerit illo liberatus 3.a
Ludi oẽs antiquorũ cur sint instituti 10.f
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11.b
Ludũ curĩter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis authot 88.d
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 121.a
Ludi matutini qui essent, & qui magni 64.e.& 65.a
Ludorũ victores q̃uo honorarentur 15.b.c
Luctæ præfectus, & eius onus 60.f
Lucta fines tres habuit 105.a. quatuor modis fieri potest 244.e.f
Luctatoriæ artis auctores, qui fuerint 105.a.115.c
Luctam Gal. artis gymnasticę minimam partẽ esse iudicauit. 101.f. eius apud antiquos magnus vsus fuit 244.d
Luctam nostro tempore exercent rustici, quomodo apud antiquos athletę exercebant 244.e
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præstet 244.f
Lucta habẽtibus crura debilia nocet 245.c
Lucta qua ratione pectori nocet 245.c
Lucta remisse facta qd corpori p̃stet 244.f
Lucta super pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 246.a
Lucta in puluere facta carnis plenitudinẽ remouet 246.d
Lucta ex sententia Galen. est perq̃exigua Gymnasticæ pars Gymnasticæ medicę 246.f. 248.a
Luctator qui sit ex Aristotelis snĩa 70.d
Luctatores quid nã agerent, antequam luctarentur 102.e
Luctatores vocabantur veri athletę secundum Galenum 108.f
Luctatorum imago 104 a
Lugentibus, varius sermo succurrit 283.b
Lumbis malè affectis lucta nocet 245.c
Lumbos discus corroborat 257.c

M

Machaon venatione summopere delectabatur 185.c
Magni Põpeij post ætatẽ hoĩes toto corpore ac singulis dieb⁹ lauari cœperũt 50.e
Manuum gesticulatio ad sanitatem cõseruandam conducit 100.f
Manucodiata auis carens pedibus semper in aere permanet, nec in terrã nisi mortua cadit 137.b
Manuũ gesticulatio hũores attenuat 140.d
Marcus Aurelius Asclepiades, & eius laus. 60.e.f
M. Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum, ac mulierum separauit 50.d
Marcus Antoninus Imper. valetudinis studiosissimus quid ante cibi sumptionem ageret & qua hora cibũ sumeret 225.e.f
Marcus Tul. stomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190.e
Marcia fons haustu erat iucũdissima 50 f
Mare est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Mare insignem salubritatem quare efficiat 179.b. 302.d
Maria Magdalena quomodo staret retro pedes Christi cœnantis 54.f
Marina aqua maiora pondera, quàm dulcis sustinet, & qua de causa 184.f
Marius varicibus laborabat, & qua de causa 269.c
Marsilij Licini error in Platonis translatione 38 d. & 217.b
Martialis exercitia dum ruri moraret͛. 203.c
Materia, qua lauabant͛, quę nam esset 39.a
Mecœnas Messius triennio siluit, & qua de causa 286.f
Medea secundum Diogenem sapiens fuit, non venefica, & quomodo 8.e
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes, cùm sint diuersæ, diuersa etiã nomina sortitę sunt 5.b
Medicus quomodo corpus humanum consideret 12.e

Medicus est artifex res sensatas tractans 212.d
Medicamenta quosdam iuuant, quosdam lædunt 196.e
Mediastini in balneis qd facerēt 30 c.63 a
Melancholicos lucta Theodorus Priscianus curabat 245.a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur somno capiantur 186.d
Melancholiam Theodorus Priscianus, & Aretęus gestatione curabant 296.f
Melchior Guilandinus Laud. 19.c
Membra corporis per exercitationē robur & firmitatem acquirunt 191.c. 194.d
Mensę apud antiquos prope balneū erant sitæ, & qua ratione 56.d
Mensę & lecti simul apud antiquos parabantur 56.f
Menstrua sanitatem corrumpunt 48.f
Menstrua saltus euocat. 254.f.& deambulatio 260.f 263.a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 4.f
Mestores qua de causa à victu inordinato & prauo non lædantur 229.b
Methodi vniuersales ex Gal. sententia nisi particularibus speculationibus iungantur parum iuuant 189.b
Militaris disciplinę cupidi gymnasia ingrediebantur 16.e
Milo Crotoniata vir robustissimus. 67.a quantum comederet. 73.b. quō robur ostenderet 138.c. 150.d. 277.c
Mecœnas primus natatoria calidarū aquarum in vrbe construxit 184.e
Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 215.b
Morbi quo tempore non vigebant 1.a
Morborum tria sunt genera, & quæ 104 e
Morbus in intemperie, & eius species ibid.
Morbus in mala partium formatione qui sit, & quomodo fiat 104 f
Motus intempestiuus concoctionem corrumpit 193.a
Motus omnis moderatus cunctis corporibus conuenit 212.f
Motus intercisus minorem lassitudinem membris affert, & qua de causa 237.c
Mortui in gymnasijs apud antiquos sepeliebantur 18.f
Mulieres post Hip. ętatē podagra propter malam victus rationem laborare cœperunt 4.e
Mulieres apud ātiquos nō accūbebāt 53.c
Mulieres cum viris quo tempore accumbere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerso accumbebāt 54.d
Mulieres frequentissimè saltationi dabant operam 101.b
Mulieres lacenæ quo saltu vterētur & 97. c.118 e
Mulieres quęnam vitam magis sanam & minus molestam degunt 215.b
Mulieres quænam faciliter pariunt ibi.
Mulierem prægnantem lędit saltatio 140. e. 254.d
Mulieribus prægnantibus pica obsessis vociferatio prodest 281.c
Mulieribus parturientibus vociferatio prodest ex Alexandri sententia 281.c
Musicam Plato Gymnasticę contrariā esse dicit 160.d

N

Natationē cursui cōparat Aris. 183.b
Natatio semper in honore apud veteres fuit 182.c. 303.b
Natationis locus quid sit 183. c. & 184. f. eius species 303
Natatio quibusdā ægritudinibus ex Antylli snīa, & Gale. conuenit 183. a. 184. e.
Nataturi quid agere debent, antequā natent 183.b
Natatio īter exercitationes numerat̃ 183.a
Natationem cur antiqui addiscerent ibidē 185.a. 303.b
Natatio ī fluuio facta somnū īducit 303.e
Natationem in aquis sponte nascentibus factam Antyllus improbat 303.c
Natatio perniciosissima quæ sit 304.d
Natatio sub Dio facta quid operet̃ 304. e
Natatio facilius in mari quàm in fluuijs fit Arist. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit, & frigefacta calefacit & eius nocumenta 304.f
Natatio frigida calorem naturalē validū efficit, & concoctionem adiuuat ibidem
Natatione frequenti, si quis vtatur, nerui læduntur 305.a
Naturæ calidæ secundum Hip. quiescere debent 196.f
Naturæ hominum adeo diuersæ sunt, vt nemo alteri prorsus sit similis 196.e
Natura corporibus nostris meatus multos cur dederit 192.e
Naturis calidis quies conuenit 206.f
Nauigatio an sit exercitatio 78.f
Nauigatio quibus morbis autore Auicen. prosit

profit 301.f.179.b
Nauigationis modus valetudinarijs cõueniens qui fit ex Herodoti fentẽtia 179.c
Nauigationis species sunt multę, & quæ. & 179 c.301.c
Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quàm quæ per mare, & quare quibusdam morbis conueniat 180.d
Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179.a
Nauigatio corpus mouet, & perturbat ibi. & quare 180.d
Nauigatione quinam vtantur ibidem
Nauigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181.c
Nauigatione sanus factus est Anneus Gallio sanguinem expuens 179 b. & 302.c
Naumachiæ cur à Pop. Ro. sint institutæ. 180.e
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
Nephretici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299.a
Nephriticis nauigatio maritima prodest. 303.a
Nero Imp. gymnasia quandoq; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26.e
Nero Imp. musicũ certamẽ instituit 158.e
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehebatur 299.c
Nero lamina pectori imposita sub ea cantica exclamabat 160.d
Nicomachus smyrnæus valde crassus qua via ab Aesculapio sit curatus à nimia illa crasitie 207.c
Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139.b
Numerus exprimit rerũ similitudines. 96.d

O

OCuli lachrymantes læduntur saltatione 240.e
Oculi lippiẽtes, & lachrymosi à quantumuis minimo motu lęduntur, quiete verò recreantur 243.a.b
Oculorum circũuolutiones vertigines pariunt 241 d
Octauius Pantagathus vir doctisimus Vitruuij contextum de palęstra emendauit 19.c.& infra
Oleum est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Olympici ludi Pisis agebantur 15.b
Onera portantes, si cantent, minus laborãt 283.b
Onuphrius Panuinus Veronensis de ludis diligentisime scripsit 11.b
Ophthalmiæ lucta nocet 246.e
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 298.d
Orchestica tertia saltatorię species in plures partes diuiditur 82.f.240.d
Orthopnoicos vociferatio iuuat 281.c
Orpheus vt Deus ab Alexan. Se. colebatur 181.d
Os clausum cõtinere sitim extinguit. 286.f
Oscellæ 163.b
Otiũ corporis habitum destruit 192.f.197.c
Otium perniciosum est & qua de causa 199.c.& infra

P

PAlæstra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cõsuetudinem inter mulieres, quę exercebantur, inuenit 76.e
Palæstra quid sit 17.c
Palæstræ descriptio secundum Vitruuiũ, ac eius partes 20.e f
Palæstrę nomẽ quid significet. 35.a.102 d. 244.f
Palæstra multas sub se habuit species 102.d
Palæstrę nomen vnde sit dictũ 102.f.& ĩfra
Palęstra stomachũ frigidis morbis oppressum liberat. Cęl. Aureliano authore 245 a.248.e
Paleã hordeaceã quidã vrinę difficultate laborans per multum tempus, minxit 4.f
Panathenaicum quis locus fuerit 18.f
Pancratiastes quis sit ex Aristo snĩa 70.d
Pãcratiũ duplex erat 105.c.109.a.b.244 f
Pancratiastes vocabantur veri athletæ secundum Gal. 108.f
Pancratio Gal. plurimos sanitati restituit 110.d.248.d
Pancratij volutatorij imago 106
Paralyticis natatio in aquis spõte nascentibus facta Cęl. Aurel. authore prodest, & etiam in marinis aquis 303.c
Partibus infernis ab alimento nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodest 263.a
Paruę pilæ lusores quõ se haberent 85.c
Paullus Manutius vir doctisimus, & eloquentisimus 178 d
Paullus Rhãnusius vir opt. & doctiß. 54.b
Paullo Rhãnusio multũ debẽt studiosi ob accũbendi formam monstratã in marmore antiquisimo 54.c
Pauli Aeginetæ sententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237 a
Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

ciferatio

ciſeratio ſubuenit 281.c
Pectoris affectionibus curandis geſtatione Actius vtebatur 298.e
Pedes debiles & male tutos ſaltatio firmat 240.e
Pædotriba ſm Platonem quis eſſet 62.d
Periſtylia in palæſtris quonam pacto fiebant 20.e
Periſtyli. interioris ambitus cui curſui inſeruiret 116.f
Peritonęum debile habentes ſpiritu retento læduntur 280 d
Perſę victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195.a
Perſis labores corporis Cyrus inſtituit ante cibi ſumptionem,& quare 8 d
Petauriſtę vnde dicantur 163.b
Petaurum quam haberet figuram 162.f
Petrōas ęgra corpa exerceri iudicabat 105 b
Petrus Victorius nrę ętatis ornamētū. 114
Potulenta tū cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Pheninda quid & vnde dicatur 84.f
Phœbus diſco Hyacinthū interſecit 126.e
Philagrius medicus profluuium ſeminis exercitatione partium ſuperiorum curabat.247 c.curſu Antyllus 290.f
Philander in ſuis in Vitruuiū cōmētarijs oſtēdit antiquos in ſtratis cœnaſſe 53.a
Philoctetes dolorem, ſagittarum iaculatione lenibat 258.f
Philoſophi in palæſtras ad diſputandum conueniebant 20.e.28.e
Phonaſcia ars,& phonaſci magiſtri 158.d
Phyſicus quomodo corpus humanum cōſideret 12.e
Phryges īuenerūt curr⁹ q̄tuor rotarū 171.a
Phrynicus ob ſaltationis excellentiam ab Athenienſibus Imp. eſt electus 100.e
Phrynon dux Athenienſium pancratiaſtes fuit excellentiſsimus 110.d
Phrenetici lectis penſilibus iuuātur, & qua de cauſa 301.a
Phthiſicis vociferatio prodeſt 281.c
Pilę paruę luſus in tres ſpecies diuiditur. 84.e.201.c
Pilę magnę luſus duas habuit ſpecies 86.d
Pilæ inanis luſus quis apud antiquos fuerit. 86.d.& vtilitas.242.f
Pilæ ludorū quatuor apud Gręcos fuerunt genera,& quę 84.e.241.b
Pilę luſus ſecūdum latinos,& eius ſpecies. 88.e 242.e
Pila robuſtis corporibus conuenit 212.f
Pilę paruæ luſus omnes quid pręſtarēt vtilitatis corporibus 241.b
Pilę paruę exercitatio inter veloces motus numeratur à Gal.& Paulo 241.b
Pilę follis dictat exercitationis figura 89
Pilę magnę luſus vtilitates quę ſint.ibidem
Pila trigonalis quænam eſſet 91.b. vtilitas 243.a
Pilę trigonalis figura 93
Pila paganica quænam eſſet 94.d.quibus conueniat 243.c
Pilamalleus quid ſit 167.a.& 290.e eius vtilitas,& nocumenta 290.f
Pilicrepus in gymnaſijs quis eſſet, & quid ageret 63.c
Pingues quanto magis exercētur, tāto magis ſani ſunt.& qua de cauſa 213.a
Piſcatio nauigijs facta eſt nauigationis ſpecies 181.a
Piſcatores marini cur pilos ruffos habeant. 181.c
Piſcina pub. Romę vbi nam fuerit 184.e
Pythagoras quidam athletis primus carnē exhibuit 71.f
Pythagoras voluit adorationes ſedēdo fieri. 139.b
Pyrrhichię ſaltationis imago 98
Pittachus Mitylenę⁹ Phrynonē Atheniēſiū ducē & pācratiaſtē excell.vicit,ob quam rē ſtatua in Prytaneo ei erecta fuit 110.d
Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
Pituitoſi vociferatione iuuantur 281.c
Platonis ſententia de arte gymnaſtica 12.f
Plato laudat in v.de rep.vt mulieres nudæ cum viris in palęſtra exerceantur 27.c
Plato ſecūdum quoſdam athleta fuit 71.c
Plato fuit Hip.ſectator 80.e
Plato laudauit vt & pueri & virgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quàm armato exercerentur 116.d
Plato ſcribens ſtatum motui contrariū nō prorſus vera locutus eſt 138.d
Plato dicit naturas diuinas ex motu & quiete conſtare ibidem
Plauti verſus de antiquorum puerorū moribus in palæſtra 29.b
Plinius ſcribit athletas aliquando coitu vti ſolitos 76.d
Plinius ſecundus æſtiuo tempore poſt cibū apricabatur 140.e
Plinius ſecundus ex Veſuuij montis concretione interijt ibidem
Plinij capitū librorū catalog⁹ adulterin⁹ 28.
Plinius dixit Aſclepiadem iucundū curan-

di

di modum caluisse 205.e
Plinij iunioris exercitatio q̃ fuerit 221.d
Plinius maior dum voce & stomacho laboraret, lectione clara liberatus est 285.b
Plinius Cæcilius vehiculo gestabaẗ 290.b
Plinius Romæ Sella vtebatur, vt inter eundum studijs vacaret 299.c
Plinius iunior corporis sanitatem venationi referebat 187.c.107.c
Podalirius venatione delectabatur 185.c
Podagrici saltum debent fugere 255.a
throchum 289.c
Podagricos lenes & remissa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261 c
Podagrici Tral. sentẽtia lectica vti possunt & qua de causa 299.a
Posis secundum Simonidem est saltatio loquens 95.f
Pompeij magni exercitia 116.e
Pons naumachiarius quare sic vocatus sit. 180.f
Poppea Domitij Nero. vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27.a
Porphyrius philosophus carnis vsum cur prohibuit 193.e
Porticus tres extra palæstrã quomodo disponerentur 20.f
Porticus erant partes gymnasiorum principales, & quomodo se haberent 28.e
Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134.e
Porticus in viridario Vaticano qualis sit. 135.a
Potabant veteres cornibus boum 55.b
Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 133.c
Prandium apud antiquos quid esset 52.f
Prasinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.e
Prasini erant vna factio Romana ibid.
Pratinas poeta cur sit vocat⁹ saltator. 101.b
Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c
Prẹmia certatoribus cur fuerint instituta. 14.e.15.a
Priapismũ pilæ magnẹ lusu Tralianus curabat 241.d. atque item haltere 256.e
Prodicus ẹgra corpora exerceri iudicabat. 205.b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b
Prodicus valetudinis studiosissimus fuit. 210.e
Propnigeũ ĩ palæstra vbi nã erat 20. f. 43.a
Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnusiano lapide. 55.b
Prouerbium in harenam descendere vnde sit ortum 16.d
Prouerbium illud discum (quàm philosophũ audire malunt) vnde sit ortum 18.e
Prouerbiũ Ne q̃ as in stadio dolichũ 117.a
Prouerbium transire metam 119.b
Prouerbium cõtra eos, qui nec literas, nec natare sciebant 182.e
Prouerbiũ à mari & terra sumptum 302.e
Puer aquam præbens 56.b
Puerorũ gestatio in vlnis nutricũ est quædam ipsorum exercitatio 176.d
Pueri post Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4.e
Pueri frequentissime saltationi operam dabant 101.b
Pueri musicam Platonis, & Aristot. sententia debent addiscere 160.d
Pueri a ploratu ex Aristot. sententia prohiberi non debẽt, & qua de cã. 150.f. 288.e
Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 183.b
Pueri vsque ad vigesimum primum ẹtatis annum labores multos indifferenter ferre possunt 228.e
Pueris peritonẹum aut scrotum spiritu retento rumpitur 280.e
Puellẹ sunt ex Platonis sententia in gymnastica bellica exercendæ 66.f
Puellæ pulcherrimẹ singulari certamine certabant 144.e
Pulmone vlcerati, inculpati viuebant in Lybia 179.c
Pugil qui sit ex Aristotelis sententia 70.d
Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vsu 107. b. sanitati parum cõfert 247.a
Pugilatores quomodo certabant 107 c
Pugilatus in gymnastica medica exiguum vsum habet 108.e
Pugiles vocabãẗ veri athletẹ sm Gal. 108.f
Pugiles, & athletẹ aliquando in Deorũ numerum relati 71.a
Pugilum imago 102.b
Pulueribus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de causa 216.d
Puluis vim habet emplasticam ex Galeni sententia 218.d
Pugilatus nocumenta, quæ sint 247.c
Pugilatus fuit paruus Lusus in gymnastica medica 248.d
Pugnẹ nomen plura significat 140 f
Pugna, de qua hic auctor agit, quid esset & quot

& quot eius species ex Oribasij sententia ibidem. & 173.a
Pugna vmbratilis quomodo fiebat. ibidē. 101.c
Pugna telorum quomodo fieret ibid.
Pugna singularis quomodo fieret ibidem
Pugnas singulares exercebant sacerdotes in Pergamo Gal. tempore 142.c
Pugna aduersus palum quinam vterentur. 145.c.173.a
Pugna vmbratilis vbi à Galeno laudetur. 146 e.173.b.
Pugna armata a Demea inuenta 146.c
Pugnas singulares etiam Romani exercebant 146.d. ibidem
Pugna singularis rudibus armis facta à Mātinæis est inuenta 145.b
Puluis in vnctione quid præstaret 33.a & 138 d. vnde portantur 34.c
Pyrrhus Ligorius antiqtatis peritiss. 19.c
Pyrrhichiæ saltationes quæ fuerint, & a quo inuentæ 97.c

Q

Quadrans erat merces balneatori data 47.c
Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213.a
Quadrigæ in pub. sacris sæpe certauerūt. 171.c
Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 181.c
Quinquertio qui sit ex Aristo. sententia. 70.d.e.
Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 199.a

R

Rauenna Strabonis autoritate aerem salubrem habebat 75.a
Razis sententia de venatione 187. c. 306.e
Renes debiles lædit saltatio 140.f
Remediorum omnium natura est, vt prosint, & aliquid etiam offendant 251.a
Renibus malè affectis lucta nocet 245.c
Renum lapilli optimè saltatione extrudūtur 140.e.154 f
Renū ībecillitate, vel feruore, vel vlcere affecti saltum vitent. 155.a.& discum. 257.c
Renum inflammatione laborantes erecti stare non debent 269 b
Rhamnusianus lapis, ī quo sculpta est forma Triclinij, antiquissimus 56
Rhetores in palæstras ad disputandū conueniebant 20.e.28.c
Res rōne finis varia noīa sortitę sunt 203.a
Resoluti Tral. sententia lectica vti possent, & qua de causa 299.a
Respiratio crebrarum oscitationum est remedium 279 a
Reunctores in balneis qui essent 30 e.63.a
Rigores saltatio arcet 140.d
Risus qūo fiat, & quid efficiat 161.a.187.b
Romani postremi omniū gymnasia ad Gręcorum imitationem struxerunt 18.f
Romani in balneis multo græcis lasciuiores 38.e
Romani suos milites & mari & terra exercebant 180 f
Romanorum mulieres Varronis testimonio in eodem loco cū viris lauabantur. 48.f. oppositionem. 53.c
Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a
Rotæ curruum Homeri tempore stāno ornabantur 171.a
Ruffus Ephesius Romæ sub Traiano floruit 245.c
Russāti erant vna factio Romana 168.c

S

Saltantes pondera aliqua habebant, & quorsum 118.d
Saltatoria exercitationis species, & eius diuisio 81.d
Saltatoria facultas in imitatione solo motu facta consistit 96.f
Saltatio secundum Simonidem est poesis tacens 96.f.& infra
Saltatio vera à musica secundum Plutarchum deprauata est 57.a
Saltationis inuentor quis fuerit 97.a
Saltationum diuersa nomina vnde sint orta 97.c
Saltationis finis 100.d
Saltationes vbi nam fierent 101.b
Saltationem antiqui in conuiuijs exercebant 101.c
Saltatio quæq; antiquorum ordine, tōne, & proportione indigebat 139.b
Saltatio opportunè facta multas affert vtilitates, eadem inopportunè administrata multa detrimēta homini pstat 139. c
Saltus vtilitas, quę sit, Vegetij sententia. 117 c.153.c.& infra.
Saltus ppriè dictus duplici modo fit 118.f. & eius effectus 254.c 254.c
Saltus multæ sunt species 154.c
Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255 a
Saltus humores superfluos euacuat, & loco purga-

purgationis ac phlebotomiæ, Gal. authore, fieri põt, si quid sit, quod ipsam impediat ibidem
Saltus factus, manibus aliquo põdere plenis, qd differat à saltu aliter facto 255 b
Salsugo est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Sanguinis mistionem Erasistratus e medicina auferebat 19:.b
Sanguinis mictũ aut fluxũ quemlibet patientibus saltus obest. 255. & deambulatio 260.f
Sanguinis reiectio spiritu retento non curatur, & qua de causa 280.d
Sanitas in humorum æqualitate conseruatur 191 f
Sanitas eisdem remedijs & amissa recuperatur, & præsens conseruatur. Erasi. sententia. 191.c. huius falsitas 191.c
Sanitati voluptas est coniuncta 183.b
Sanitas cum aliqua molestia permanere potest ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & cõmensurato humido conseruatur 191.c. 194.d
Sanitas quot modis consideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 191.c
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus se obligare debet 61.c
Satyriasim lucta, Theodori Prisciani authoritate, sanat 245.a
Scabiosis, qua de causa motus vehemens conuenit 108.f
Scabiosis natatio maritima prodest 304.d
Scelotyrbis ægritudo Plinij ætate se manifestauit 4.f
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 25.c
Scimpodium quid sit 177.c. & 301.a
Scythæ oẽs ferè semper equitatione vtuntur 167.c
Scythæ inuenerũt currus sex rotarũ 177.b
Scribonius Largus Claudij Imparoris medicus scripsit neminem vsque ad sua tẽpora aquæ formidine liberatum 4.e
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæs Romæ floruit 141.f
Scrimia vulgo sic dicta quid nam apud antiquos esset 145.b
Secundas saltus educit 254.f
Sella curulis vnde sit orta 175.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174.f
Sella portatoria quid esset 175.a
Sella à lectica differebat 175.c. & 199.b
Sella tum cooperta tum non cooperta antiqui vtebantur 299.c
Semen præcalidum emittentes, halrere, Gal. authore curantur 256.e
Seminis fluxũ patiẽtes lędit saltatio 240. f. & deambulatio 261.a
Seneca vocat se psychrolutrem 47.c
Semitertiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 199 a
Senecæ de gestationis, & ambulationis difficultate quõ sit intelligenda 196.d
Seneca aduersus miram anhelãdi difficultatem gestatione in vehiculo facta vtebatur 297.b.c
Senes quonam modo secundum Gal. sententiam debeant curari 209.b
Senes vti debent laboribus consuetis 211.b
Senes pauciores & remissiores exercitationes sustinent 212.f
Senibus exercendis quatuor sunt consideranda 210.e
Senectus quid sit ex Arist. sententia. ibidẽ.
Sensus lucta exacuit 245.a
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pẽsilia iuenit. 177.a
Sertorius, vt rixas conuiuarum auersaretur supinum se locauit, & iccirco facilius trucidatus est 54.a
Seuerus Impera. Scimpodio vehebatur, dũ Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de causa 213.b
Siccitas nimia exercitationes ꝓhibet 210.f
Silentium sitim, tussim & singultum extinguit 286.f
Silentium sanguinis reiectioni conuenit 286.16.d
Silimachus medicus fuit Hippoc. sectator 296 e
Singultus longa & concitata ambulatione comprimitur. 262. e & spiritus cohibitione. 278 f. & vociferatione. 281.f & silentio 286.f
Syracusani bis in die saturabantur 53.a
Sitis à silentio extinguitur 286.f
Soclarus Epicuro aduersatur circa coitũ. 237.a
Socrates ad sanitatẽ conseruandã, & robur acquirendum saltationẽ exercuit 101.a
Socrates cantu se exercebat 284.e

Solon

Solon vetabat seruis unctiones siccas 32.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta horatium. 54.c
Somni corpus sanum conseruant 7.a
Somni profundiores ijs contingunt, qui se exercuerunt, & qua de causa 193.a
Somni profundi concoctionē meliorē efficiunt, & qua de causa ibidem
Sōno capiunt sæpe intētē speculātes 139.a
Somnolenti cur sint decolorati 244 d
Soranus in curādis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Sostratus Gnidius ambulationem pensilē primus omnium Gnidi fecit 115.b
Spartanorum mulieres vna cum viris in palæstris se exercebāt 27.b. & in balneis vna cum viris lauabantur 48.c
Spasmus cynicus cursu remouetur 150 e
Sphæristerium gymnasij pars quid esset, & quid in ipsa ageretur 36.f
Sphæristicus qs nam esset, & eius onus 62.f
Sphæristica est saltationis species, & quid sit & quis eam inuenerit 84.d
Spectatores subsellia sibi ad spectandum ferebant 118.f
Spiratio numerosa vnde fiat 251.c
Spiritus cohibitio quid faciat 153. a. eius species. 153.b. eius vtilitas. 278.d. quib' conueniat. 279.a. eius nocumēta. ibid.b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercitationes Athletae duabus de causis vtebantur 154.a
Splenis ęgritudinibus ex Aetij sententia cursus est vtilis 250.d.f
Spleneticos gestatione Theodorus Priscianus, & Aretęus curabant 296 f
Spurij apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 18.e
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 210 f. 223.c
Spurinæ studiū ī sanitate cōseruāda 223.c
Sputa corpus exinaniunt 6 f
Stadium gymnasij pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorē corpori laborē affert, quàm ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut summis digitis innitēdo nihil nisi molestiam affert 272.f
Stellas deficiētes in insomnijs vidētes quomodo ab Hippoc. curentur 253.a
Stephanio fuit īuētor togatę saltatiōis 83.a
Stercora corpus exinaniunt 6.f
Stomachace ægritudo Plinij ętate nostro orbi nota facta est 4.f
Stomachus in coquendo debilis à saltatione corroboratur 240.d
Stomachum frigidis morbis oppressum curat cursus 250.f
Stomachicos spiritu retento Cæl. Aure. curabat 279 c. & vociferatione 281. c. Asclepia gestatione 296.f
Stomachi dolorē Theodorus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curādis gestatione Aetius vtebatur 298 e
Stomacho laborantibus vnctiones exercitationes, & vociferationes commendat Galenus 281.c
Stomachicos natatio maritima iuuat. 304 c
Strigiles balneorum quid essent, & ex qua materia fierent 30.f
Studia corpus conseruant sanum 7.a
Sudores corpus exinaniunt ibid.
Sudor est motu prouocandus, & qua de causa 221.b
Sudor sine motu proueniēs deterior eo est, qui à labore prouenit 233.a
Sudor qua de causa manus exercentibus ex Aristo. sententia effluat 247.c
Sudor siccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarum & arundinum, Augusti, quomodo sit intelligendus 264.f
Suffusi oēs colores rubeos iudicant 262.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 297.c

T

Temporis duo sunt gña, q̄ ab authoribus medicinę naturalia noīant 220.d
Tempus accidentale quodnam à medicis nominetur ibidem
Temporum constitutiones in exercitandis corporibus, quæ sint vitandæ 220.e
Tempus nubilum & obscurū exercitationibus est ineptum ibid.
Tempus serenum & lucidum est exercitationibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid esset 40.e
Tepidarium & laconicum non sunt idem apud Vitruuium 41.b
Tepidarij cur non meminerit Vitruuius loquens de balneis gymnasiorum 41.d
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affusa liberat 305.a
Themison in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Themison medicus rephendit, q attrophia

laborãtes longa ambulatione affligebat 261.c
Themison methodicorũ princeps coxẽdicũ dolore laborãtes eqtare iubebat 293.a
Theon Alexan. de athletica scripsit 70.c
Thespi⁹ poeta saltator cur sit vocatus 101.b
Thessalus medicus Neronis ætate floruit 159.a
Thessali qua de causa centauri sint vocati 167.c
Tyberius Imper. scimpodio quandoq; vehebatur 177.c
Timonis auia duobus mensibus, singulis annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni sub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabãt 107.c
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26 f
Titus Imp qua de causa sit mortuus 47.a
Tonsillas patientibus lucta nocet 246.c
Thoracem haltere lædit. 256.f. & discus. 257.c
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo sanatur 263.a
Thorax difficulter spirãs deãbulatione per accliue facta iuuat ex Antylli snīa 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterarię exercitationes fiebant, & quę 25.b
Triclinium marmoreum vetustissimũ Patauij in ędibus Rhamnusianis 56
Tryphon de athletica scripsit 71.c
Tripudia nr̄a saltationibus antiquorũ corresp̄odẽt & in quo ab illis differãt 239.b
Trochus græcus quomodo factus esset nobis est ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c
Tubi per quos circũfunderetur calor prodiens ex hypocausto 43.a
Tubicinibus spiritu retento peritonęum rumpitur 280.c
Tumores laxos gestatione Aetius curabat 298.e
Tussis sicca, spiritu retẽto, cursu nō in puluere facto curatur ex Celsi snīa 250.e
Tussis à frigida causa orta spiritus cohibitione curatur 278.f
Tussis à silentio extinguitur 286.f
Tyberius Imperator omniũ primus colis dolorem expertus 4.f

V

VAlerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo pręnunciante, fuerit à cæcitate liberatus 3.c
Valeriola recte putat contra Fuchsium, follem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo sint exercendi 209.b. 230.d.
Vasarium quid esset 43.b
Varices patientes saltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti stare non debent 269.b
Varices quomodo generentur ibi.
Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ 280.e
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argẽto erant insignita 171.a.297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs suspendendi mos 54.f
Venatio non solùm corpus, sed & animam delectat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam est vtilis 186.d.185.f
Venationes tres sunt ex Platonis sententia 186.d
Venationis multę sunt species 188.d
Venatio quę nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 188.e
Venatio multis instrumentis opus habet & in hoc à pila ex Gal. snīa differt 305.c
Venationis equestris vtilitas, quę sit, & quibus obsit 306.f
Venationis pedestris vtilitas, & nocumenta 307.b
Venatio est exercitatio & opus ex Gal. sententia ibidem
Venę aliquando à saltu valido rumpũtur. 255.a. & à disci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum sit dictum 130.d
Venus conseruat corpus sanum 7.a
Veneti erant vna factio Romana 168.e
Ventres frigidos lucta curat 245.a. & cursus 250.f
Vertiginosos manuũ gesticulatione curabat Aretęus 240.d
Vertiginosos lędit saltatio 240.e. & pilæ lusus 241.d
Vertiginosi luctam vitare debent. 245.e. & cursum circularem. 251. f. 262. f. & trochum. 209.c
Vertiginosos malè curabat Aretęus pugilatu. 247. c. curabat etiam disci exercitatione 257.c

Verti-

Vertiginosa passio vnde oriatur 262.f
Vertiginosos gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant 297.c
Veredus erat vehiculi species 298.d
Verus Imp. primus cum duodecim solenni conuiuio accubuit 54.d
Vesicæ lapilli optimè, saltatione extruduntur 240.e
Viæ apud veteres græcos quę sint 217.c
Vigiliæ sanum corpus conseruant 7.a
Vigilia laborantes lectica vti possunt 299.a
Viperarum morsibus tibiarum moduli prosunt, vt Gellius refert se apud Theophrastum inuenisse 283.c
Virgo fons tactu erat iucundissima 50.f
Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ 66.f
Viri tantum apud antiquos accumbebāt, non mulieres 53.c
Viri apud antiquos quonam modo accūberent 53.e
Viri noīe quid intelligat hic auctor 218.e
Viri sunt ferè omnibus motibus apti 211.f
Visus debilitati, & obscuritati gestatio retrouersa facie facta, Auicen. authore, cōfert 298.d
Vitruuius floruit ætate Cęs. Au. 28. d. eius autoritas apud antiquos parua fuit ibi.
Vlceribus quiete curandis stare & sedere aduersantur 138
Vlceribus internis, Cœl. & Cel. authoribus, deambulatio remissa, & molliter facta prodest 261.c
Vnctione qui nam vterentur 30.d
Vnctionis materia quæ fuerit 31.d
Vnctionis finis 33.c
Vnctio post balnea quid præstabat 32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum 34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebātur, & qua de causa 236.d
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta 157.a.b
Vociferatio quonam modo fieret 159.b
Vociferationis finis est multiplex 158.f
Vociferatio quid sit 156. & quid efficiat. 159 b. 180.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare 283.a
Vocis abscisio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur 160.e
Vocis species sunt sex 280.f
Voci ex humiditate raucæ vociferatio succurrit 281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio malè habenti vociferatio subuenit 281.c
Vox quomodo corrumpitur 283.a
Vomentes vociferatione iuuantur 281.c
Voracitas immensa, Seneca & Plutar. autoribus, multas nouorum morborum species hominibus genuit 4.d
Vrania quid 85.c
Vrinæ corpus exinaniunt 6.f
Vrinæ ardor ex cursu augetur 252.d
Vtero conuulso ambulatio calcibus incumbendo facta prodest 263.a

X

XYstarca quis nam esset 60.e
Xysti & xysta quid essent in gymasio 37.b.c

Z

ZOsimus libertus sanguinem reiectans nauigatione liberatus est. 179. c. 302.e
ἅρπαστος quid sit 84.f. 94.f. eius vtilitas. 243.c
ἀλήθηρ mendicum, & erronem significat. 128.d
ἀκροχειρίζεσθαι quid significet. 146.f. eius vtilitas 276.d. & 147.a
Acrochirismus quomodo fieret ibid.
ἀκροχειριστὴς quid sit 149.a
Acrochirismo celtę vtebantur ibid.b
ἀσκωλιάζειν 121.b
κιβάβαι vnde dictum sit 55.b
δίαυλος apud græcos quid sit 20.e
ἐκπλετρίζειν quid significet 149.b. 201.c. eius vtilitas 276.e
πιτυλίζειν quid significet. 149. c. 201.c. eius vtilitas 276.f
στάτος quid sit 30.f
γυμνάζεσθαι vox est antiquissima, & denudari significat 17 b
γέλως vnde dicatur 287.a
κυνόσαργες gymnasium Athenis quid fuerit 18 e
ξυστὸς apud græcos quid sit 21 a
κο ίσαλος quid sit 30 f
φεννίνδα quid sit 84.f
Διτηνόφοροι qui sint 124
Ρέμβικος instrumenti vertigo epilepsiam inducit 290.d
Διὰ χοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι 145.f

FINIS

REGISTRVM

* ABCDEFGHIKLMNOPQRSTVX.

Omnes ſunt quaterniones præter * et X qui ſunt terniones, et D quinternionem.



VENETIIS APVD IVNTAS
M D LXXIII.